





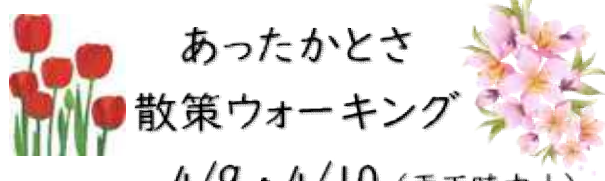
# 令和6年 4月 あったかとさ集いカレンダー

※状況により予定  
変更の場合があります。  
ご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
1  健康体操	2  健康体操	3  健康体操	4  健康体操	5  男性クラブ	6	7
8  いづみサテライト カフェの日 AM10時～	9  散策 ウォーキング	10  散策 ウォーキング	11  健康体操	12  北原サテライト 春の芸術祭	13	14
15  折り紙で こいのぼり作り 参加費：200円	16  健康体操	17  健康体操	18  健康体操	19  地域訪問day	20	21
22  ゴムバンド 体操	23  ゴムバンド 体操	24  ゴムバンド 体操	25  ゴムバンド 体操	26  あったかよりや カフェの日 AM10時～PM1時	27	28
29  祝日でお休み	30  健康体操			<ul style="list-style-type: none"> <li>・あったか散策ウォーキング：4月9日・4月10日 13時30分発</li> <li>・折り紙でこいのぼり作り：4月15日13時30分～参加費200円</li> <li>・ゴムバンド体操：4月22日～4月25日 13時30～</li> <li>・あったかよりやカフェ：4月26日 10時～13時まで</li> </ul> <p>※人数制限により参加をお断りすることがあります。ご了承下さい。 ご不明な点等ございましたら、あったかとさまでご連絡を</p>		



移動販売車：サンプラザ毎週月曜PM13：00頃 ・とくしまる毎週火・水・木AM10：30頃



**あったかとさ**  
**散策ウォーキング**

4/9・4/10 (雨天時中止)

春に咲く花を眺めながら  
ウォーキングをしてみませんか(\*^\_^\*)

☆出発時間：13時30頃

※行き先により出発時間の変更があります

☆集合場所：あったかふれあいセンターとさ

※参加希望の方は4/5迄に下記へ  
ご連絡をお願い致します。



**北原サテライト**  
**北原芸術祭開催！**

北原地区の方によるお能やオカリナ演奏  
手品堂さんのマジックショーなど  
盛りだくさんです。是非お越しください

日時：4月12日 (金)

時間：13：00～14：30

場所：北原公民館 

※送迎希望の方は4/5迄に下記まで  
ご連絡をお願い致します。

あったかふれあいセンターとさ 土佐市家俊1081-1  
☎088-855-1385 (有) 四国総合介護システム



YouTube



インスタ