

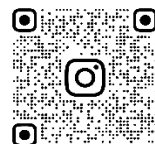


あったかふれあいセンターさくら貝

利用時間(9:30～16:00土日祝休み)

TEL:088-856-0322

Instagramはこちら→



日	月	火	水	木	金	土
【11月7日 立冬(りっとう)】 冬の兆しが見え始める頃。空気がぐっと冷たくなり、冬の気配を感じる時期の目安とされています。寒さに備えましょう！					1 カレンダー 作成	2 休み
3 休み (文化の日)	4 休み (振替休日)	5 カレンダー 作成	6 カレンダー 作成	7 ニュースポーツ ポッチャレク	8 あったか ごはんの日	9 休み
10 休み	11 カレンダー 作成	12 フレイル チェック 白菊園 	13 製作の日	14 ニュースポーツ ポッチャレク	15 製作の日	16 休み
17 休み	18 製作の日	19 製作の日	20 おでかけの日	21 おでかけの日	22 ごぼう先生の 体操の日	23 休み (勤労感謝の日)
24 休み	25 ごぼう先生の 体操の日	26 防災訓練	27 ごぼう先生の 体操の日	28 ニュースポーツ ポッチャレク	29 自由に 過ごす日	30 休み

11月12日(火) 10:30～

「フレイルチェック」
「音楽療法」



加齢とともに心身が衰えた状態になる事を意味し健康な状態から要介護状態へと移行する段階だと考えられています。
白菊園リハビリテーション科の方をお招きし、フレイルのチェックをして頂きます。

11月20日(水)・21日(木)



紅葉の中津溪谷



仁淀川町の中津溪谷に紅葉を見に行きます。昼食は隣接する「ゆの森」のレストランで頂きます。

※締め切り11月7日希望者は職員まで！

11月新居サテライト予定表

1日(金)

(10:00～15:00)

カレンダー
作成



8日(金)

※休み
サテライト
カフェも
お休みです。

15日(金)

(10:00～15:00)

制作の日

芸術の秋



22日(金)

(10:00～15:00)

お散歩



29日(金)

(10:00～15:00)

自由に
過ごす日

