

あったかふれあいセンターとかの11月活動予定表

10月26日現在の予定です。変更の際はご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
					1 自由にすごす日 とくしまる	2 休
3 文化の日 休 たらふく秋まつり	4 休 振替休日	5 百歳体操 コンチネンス 10:00～ とくしまる/ キッチン	6 自由にすごす日	7 3B体操 百歳体操 コンチネンス 10:00～ とくしまる	8 自由にすごす日 とくしまる	9 休
10 休	11 自由にすごす日 とくしまる	12 百歳体操 コンチネンス10:00～ 結のランチ500円 11:30～(30食) とくしまる/ キッチン	13 認知症予防ゲーム 13:30～	14 百歳体操 コンチネンス 10:00～ 手芸13:00～ とくしまる	15 自由にすごす日 とくしまる	16 休
17 休	18 歯科衛生士に よるオーラルフレイル について 14:00～ とくしまる	19 百歳体操 コンチネンス 10:00～ とくしまる/ キッチン	20 自由にすごす日 永野サテライト	21 百歳体操 コンチネンス 10:00～ とくしまる	22 カラオケの日 13:30～ とくしまる	23 休 勤労感謝の日
24 休	25 自由にすごす日 とくしまる	26 百歳体操 コンチネンス 10:00～ とくしまる/ キッチン	27 カレーの日 400円 100食限定 11:00～	28 百歳体操 コンチネンス 10:00～ 手芸13:00～ とくしまる	29 自由にすごす日 とくしまる	30 休

お弁当も用意できます。

前日までに予約してください。
コーヒー等(100円)は
毎日用意してます。
お気軽にお越しください。

移動販売などのお知らせ
とくしまる

月曜日・11時ごろ
火曜日・13時ごろ
木曜日・11時半ごろ
金曜日・11時ごろ
キッチンやまぼうし
火曜日・10時半ごろ

※おおよその予定です。道路事情や都合により時間が前後したり、休みの場合があります。その際はご了承ください。

永野サテライト

場所:遊学館

日時:11月20日(水)

10:00～15:00

※永野在住の方で参加されたい方は
あったかふれあいセンターとかのまで
お問合せください。

そのほかにも、、、こんなことやってます。

- 訪問:随時
- 送る:利用者のうち希望する方の買い物や通院への送迎を行います。(無料)
- 買い物・通院支援:集い利用者のうち希望する方の買い物や通院への送迎を行います。
- 生活支援:ちょっとしたお困りごと(無料) 例:電球がきれたので替えてほしい。
- 簡単な清掃など:利用料基本1時間500円(相談内容により別途料金かかる場合があります。)

お申込みは・・・NP0法人とかの元気村

あったかふれあいセンターとかの

利用時間9:00～16:00

場所 とかの集落活動センターあおぞら内

〒789-1232 高知県高岡郡佐川町東組2692

☎0889-22-0448 携帯090-3181-8373

attaka.tokano@gmail.com