ひまわり便り

令和6年 12 月号

歯科衛生士さん出前講座

試してみよう！
あなたのお口の力は？

～オーラルフレイルを知ろう！～

◎12 月 16 日(月)

午後 1 時～2 時

口腔機能測定と、かみかみ百歳体操の効果を高めるためのポイントについてお話ししてくれます。

たいこ岩モーニング

◎12 月 20 日(金)

午前 8 時半～10 時半

◎400 円（コーヒーおかわり自由）

40 食限定！ご予約がおすすめです。
売り切れの際はご了承ください。

ひまわり活動の様子

大人のバーベキュー交流会
たくさんのご参加
ありがとうございました

脳トレ

学校代休日のカレーランチ

Xmas リース作り

子ども達が
配膳のお手伝いを
してくれました

お問い合わせ

あったかふれあいセンターひまわり（集落活動センター たいこ岩内）

利用時間　平日9:00～16:00

電話　080－8649－3540