

# あったかふれあいセンター加茂の里 1月活動予定 2025

| 日        | 月                   | 火                                    | 水          | 木                          | 金                             | 土        |
|----------|---------------------|--------------------------------------|------------|----------------------------|-------------------------------|----------|
|          | 卓球の日<br>(14時～2時間程度) | 移動スーパーが来ます(11時頃)<br>卓球の日(17時半～2時間程度) |            | とくし丸が来ます<br>(10時50分頃)      | 移動スーパー(11時20分頃)<br>麻雀の日(13時～) |          |
|          |                     |                                      | 1<br>休み    | 2<br>休み                    | 3<br>休み                       | 4<br>休み  |
| 5<br>休み  | 6<br>訪問             | 7<br>百歳体操<br>(10時・14時)               | 8<br>生活支援  | 9<br>海津見保育園交流<br>(10時)     | 10<br>ボッチャ<br>(13時半)          | 11<br>休み |
| 12<br>休み | 13<br>休み            | 14<br>百歳体操<br>(10時・14時)              | 15<br>生活支援 | 16<br>出前講座<br>理学療法士        | 17<br>訪問                      | 18<br>休み |
| 19<br>休み | 20<br>好きにすごす        | 21<br>百歳体操<br>(10時・14時)              | 22<br>生活支援 | 23<br>お食事会                 | 24<br>訪問                      | 25<br>休み |
| 26<br>休み | 27<br>好きにすごす        | 28<br>百歳体操<br>(10時・14時)              | 29<br>生活支援 | 30<br>訪問<br>3B体操<br>(13時半) | 31<br>認知症予防ゲーム<br>(13時半)      |          |

## 場所

集落活動センター加茂の里内

## 利用時間

平日 午前9時～午後4時

※送迎をご希望の方はご連絡ください！(無料)

## お問い合わせ・連絡先

携帯:090-4972-5973

(あったかふれあいセンター加茂の里専用)

