

あったかふれあいセンターとかの2月活動予定表

1月23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 休
2 休	3 自由にすごす日 とくしまる	4 百歳体操 コンチネンス 10:00~ とくしまる/ キッチン	5 自由にすごす日	6 3B体操 百歳体操 コンチネンス 10:00~ とくしまる	7 自由にすごす日 とくしまる	8 休
9 休	10 高北病院理学 療法士さんによる 百歳体操の効果アップ 14:00~ とくしまる	11 休 建国記念の日	12 自由にすごす日	13 百歳体操/コンチネンス 10:00~ 手芸13:00~ とくしまる	14 認知症予防ゲーム 13:30~ とくしまる	15 休
16 休	17 自由にすごす日 とくしまる	18 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	19 自由にすごす日 永野サテライト	20 百歳体操 コンチネンス 10:00~ とくしまる	21 自由にすごす日 とくしまる	22 休
23 休 天皇誕生日	24 休 振替休日	25 百歳体操 コンチネンス 10:00~ とくしまる/ キッチン	26 カレーの日 400円 100食限定 11:00~	27 百歳体操 コンチネンス 10:00~ 手芸13:00~ とくしまる	28 カラオケの日 13:30~ とくしまる	

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
よき時間が前後したり、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:2月19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・・・NPO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