

令和7年 5月 あったかとさ集いカレンダー

予定は変更になる
場合がございます。

月	火	水	木	金	土	日
			1  百歳体操	2  男性クラブ	3 憲法記念日 	4  みどりの日 5月4日
5  祝日のため お休み	6 振替休日 祝日のため お休み	7  散策 ウォーキング	8  散策 ウォーキング	9  地域訪問	10	11
12  百歳体操	13  調理の日	14  折り紙製作 参加費200円	15  お楽しみ レクの日	16  戸波小学校にて 地域展示会：13時	17	18
19  運営協議会で 集いはお休み	20  百歳体操	21  タオル体操	22  タオル体操	23  あったかよりやカフェ AM10時～PM1時	24	25
26  タオル体操	27  買物支援の日 サンプラ 業務スーパー	28  百歳体操	29  百歳体操	30  地域訪問	31	

移動販売車：サンプラザ毎週月曜PM14：20頃 ・とくしまる毎週火・水・木AM10：30頃

製作の日

「折り紙教室」

日時：5月14日（水）PM13：00～

場所：あったかふれあい

センターとさ

参加費：200円

申込締め切り：5/12（月）

ご希望の方はあったかとさ迄ご連絡を。

※材料等はこちらで

ご準備いたします。

調理の日

日時：5月13日（火）

時間：10：30～

場所：あったかふれあい
センターとさ

参加費：500円

エプロン、三角巾を持参下さい。

献立：おにぎり すまし汁 磯辺揚げ
たけのことひき肉の炒め物

お申込は5/9（金）迄に

あったかとさまで

お願いします。



あったかふれあいセンターとさ 土佐市家俊1081-1

☎088-855-1385 （有）四国総合介護システム



インスタ
やってます。