

あったかふれあいセンター加茂の里6月活動予定 2025

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

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)



☆海津見保育園交流☆

6月25日(水)10時



保育園児さんと一緒に七夕飾り作りをします。

☆レストラン高知でお食事会☆

6月6日(金)11時

参加希望の方は、6/4(水)までにご連絡ください。

☆3B体操☆



6月12日(木)13時半

3つのB(ボール・ベル・ベルター)を使って、音楽に合わせて体操をします。興味のある方は見学もできますのでお気軽にお越しください。参加される方は、飲み物、上履き、タオルをお持ちください。

☆出前講座☆

6月19日(木)14時

『糖尿病について
～意外と知らない落とし穴～』

薬剤師

- ・高血糖の状態の放置、無症状で進行する合併症
- ・歯周病との関係
- ・脱水と糖尿病薬の副作用など



☆ボッチャ☆

6月13日(金)13時半

大人から子供まで楽しめるスポーツです。参加は自由です。

