



July 7月



# あったかふれあいセンターさくら貝

お問合せ ☎088-856-0322  
(8:30~17:30 土日祝休み)

Instagram  
はこちら →



| 日        | 月                  | 火                             | 水                  | 木                 | 金   | 土        |
|----------|--------------------|-------------------------------|--------------------|-------------------|---|----------|
|          |                    | 1<br>カレンダー作成                  | 2<br>クラフト教室        | 3<br>カレンダー作成      | 4 陽だまり<br>フレイルチェック                              | 5<br>休み  |
| 6<br>休み  | 7 陽だまり<br>フレイルチェック | 8<br>宇佐八幡宮夏祭り                 | 9<br>クラフト教室        | 10<br>自由に過ごす日     | 11<br>新居サテライトカフェ                                | 12<br>休み |
| 13<br>休み | 14<br>園芸クラブ        | 15<br>ごぼう先生の体操の日              | 16 白菊園<br>フレイルチェック | 17<br>ごぼう先生の体操の日  | 18<br>ごぼう先生の体操の日                                | 19<br>休み |
| 20<br>休み | 21<br>休み(海の日)      | 22 清滝<br>フレイルチェック             | 23<br>クラフト教室       | 24 清滝<br>フレイルチェック | 25<br>自由に過ごす日                                   | 26<br>休み |
| 27<br>休み | 28<br>園芸クラブ        | 29 30<br>納涼祭 (焼肉でスタミナをつけましょう) |                    | 31<br>自由に過ごす日     | Illustration of a branch with leaves and stars. |          |

**「フレイルチェック」**

加齢とともに心身が衰えた状態になる事を意味し、健康な状態から要介護状態へと移行する段階だと考えられています。今回も白菊園、土佐市デイサービスセンター陽だまり、デイサービス清滝の方々をお招きし、フレイルのチェックをして頂きます！

**8日「宇佐八幡宮夏祭り」**

無病息災を願い、輪抜け様に行きます

**29日・30日「納涼祭」**

みんなで焼肉パーティーをします。希望日を職員にお伝え下さい。参加費 ¥1,500-

## 7月新居サテライト予定表

**4日(金)**  
(10:00~15:00)  
**カレンダー作成**

**11日(金)** (11:00~14:00)  
**カフェ**  
★モーニングセット 350円  
★アイス(あずきモナカ) 70円  
※物価高騰を受け、一部料金を変更しました。ご了承ください。

**18日(金)**  
(10:00~15:00)  
**制作の日**

**25日(金)**  
(10:00~15:00)  
**自由に過ごす日**