

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
	DVDによる体操 (13:30～14:30)	健康相談 (11:00～12:00) 和太鼓演奏 (14:00～15:00)	メガネの メンテナンス (11:00～14:30)	スポーツ吹き矢 (13:30～15:00) 学習支援 (16:00～18:00)	パソコン教室 (10:00～12:00) らくらく体操 (13:30～15:30)	
8	9	10	11	12	13	14
草刈 自治会 (6:00～)	愛とヒューマン コンサート (13:00～14:00)	手芸教室 (13:30～15:30)	心肺蘇生法講習 (10:00～12:00)		パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	
15	16	17	18	19	20	21
	健康体操 (13:30～14:30)		昭和歌謡ライブ (14:00～15:30)		パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	
22	23	24	25	26	27	28
	DVDによる体操 (13:30～14:30)	手芸教室 (13:30～15:30)	思い出の品返還 ぐると大槌 (10:00～15:00)	スポーツ吹き矢 (13:30～15:00)	パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	
29	30	 6月号				
	DVDによる体操 (13:30～14:30)					

中村仮設だより

入梅の時期となりました。
カビには十分気をつけましょう
急に暑くなる時がありますので
水分は十分とりましょう。

