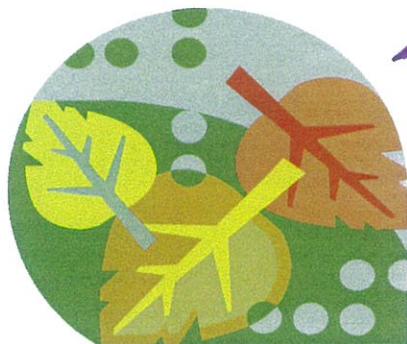


10月号

中村仮設だより

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				お茶っこ/いっぽいっぽ (10:00~12:00) 放課後プロジェクト (15:00~17:30)	パソコン教室 (10:00~12:00) カラオケ (13:30~15:30)	花植え・手洗い ハンドマッサージ 体験会 スマイル東北プロジェクト (13:00~15:00)
5	6	7	8	9	10	11
着物リメイク ファッションショー	DVDによる体操 (13:30~14:30)	健康相談 予防医学 (11:00~12:00)		スポーツ吹き矢 生涯学習課 (13:30~15:00)	パソコン教室 (10:00~12:00) カラオケ (13:30~15:30)	澤口さんによる クラフトづくり カリタス (13:00~15:00)
12	13	14	15	16	17	18
		手芸教室 (13:30~15:30)	らくらく体操 地域包括センター (13:00~15:30)		パソコン教室 (10:00~12:00) 放課後プロジェクト (16:00~17:30)	
19	20	21	22	23	24	25
	味の素料理教室 味の素・保健福祉課 (10:00~13:00)	健康相談 予防医学 (11:00~12:00)		メガネのメンテナンス メガネのパリミキ (11:00~14:30)	パソコン教室 (10:00~12:00) カラオケ (13:30~15:30)	
26	27	28	29	30	31	
日帰りバス旅行	DVDによる体操 (13:30~14:30)	手芸教室 (13:30~15:30)		放課後プロジェクト いっぽいっぽ (15:00~17:30)	パソコン教室 (10:00~12:00) カラオケ (13:30~15:30)	



スポーツの秋、芸術の秋
そして食欲の秋……
体力づくり「がんばりまほう」



支援員より