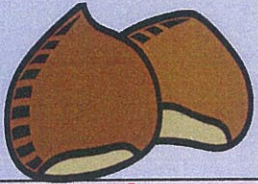
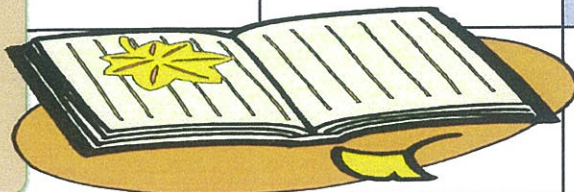


日	月	火	水	木	金	土
11月号		中村仮設だより				1
2	3	4	5	6	7	8
町民大運動会				スポーツ吹き矢 生涯学習課 (13:30～15:00)	カラオケ (13:30～15:30)	
9	10	11	12	13	14	15
お茶っこ・相談会 弁護士 遠野まごころネット (13:00～16:00)	健康相談/予防医学 (11:00～12:00) DVDによる体操 (13:30～14:30)	手芸教室 (13:30～15:30)	お茶っこ いっぱいぽ (10:00～12:00)	放課後プロジェクト いっぱいぽ (15:00～17:30)	カレンダー掲示 (14:00～15:00)	
16	17	18	19	20	21	22
	DVDによる体操 (13:30～14:30)				カラオケ (13:30～15:30)	
23	24	25	26	27	28	29
		手芸教室 (13:30～15:30)	健康相談 予防医学 (11:00～12:00)	楽しく体操 地域包括センター (13:30～15:00)	思い出の品返還 ぐるっとおおつち (10:00～15:00)	
30						


 インフルエンザ予防接種を受けましょう
 外出後の手洗いとうがいをしましょう
 栄養と十分な睡眠をとり適度な運動をしましょう。


 支援員より