



日	月	火	水	木	金	土
中村仮設だより		1月号	迎	1	2	3 支援員事業年始休業 → 
4 	5	6	7	8 健康相談 (11:00~12:00)	9 カラオケ (13:30~15:30)	10
11	12	13	14	15 みづき団子作り 自治会 (10:00~)	16 カラオケ (13:30~15:30)	17
18	19 (吉岡しげ実先生 来訪予定)	20 (吉岡しげ実先生 来訪予定)	21 健康相談 (11:00~12:00)	22	23 カラオケ (13:30~15:30)	24
25	26 DVDによる体操 (13:30~14:30)	27 楽しく体操 地域包括センター (13:30~15:00)	28 盛岡社協との 交流会 (10:30~12:00)	29	30 カラオケ (13:30~15:30)	31



明けましておめでとうございます
 今年もよろしくお願ひします
 仮申込お忘れずに!!



支援員