

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
7月号	中村仮設だより		屋外、ひだまり塾テントサロン (10:00~11:30)/お茶っこ 社協、ボランティアセンター 会場、小館第10仮設地内	盛岡市立浜民中生との 交流会/合唱、応援 (11:30~12:00)	カラオケ交流会 (13:30~15:30)	
5	6	7	8	9	10	11
	DVDによる体操 (13:30~14:30)	(七夕) 手芸、お茶っこ (13:30~15:30)	着物リメイク教室 講師、小赤澤先生 (10:00~16:00)		カラオケ交流会 (13:30~15:30) 放課後プログラム (16:00から18:00) いっぽいっぽ岩手	
12	13	14	15	16	17	18
	DVDによる体操 (13:30~14:30)	移動図書館(10:35~ 11:05) 城山図書室/集会所前 手芸、お茶っこ (13:30~15:30)	健康相談、口腔ケア (11:00~12:00) (県)予防医学協会		足湯/カリダスジャパン (9:30~11:30) カラオケ/(13:30~15:30) 放課後プログラム (16:00~18:00) いっぽいっぽ岩手	屋外、ひだまり塾テントサロン (10:00~11:30)/お茶っこ 社協、ボランティアセンター 会場、小館第10仮設地内
19	20	21	22	23	24	25
	海の日 鍼灸マッサージ 傾聴サロン (10:00~15:00) 鍼灸地域支援ネット	お茶っこ (10:00~12:00) いっぽいっぽ岩手 手芸、お茶っこ (13:30~15:30)	放課後プログラム (16:00~18:00) いっぽいっぽ岩手	スポーツ吹き矢 (13:30~15:00) (町)生涯学習課	カラオケ交流会 (13:30~15:30)	
26	27	28	29	30	31	
	楽しく体操 (13:30~15:00) (町)福祉課/いきいき 岩手支援財団	手芸、お茶っこ (13:30~15:00) 北海道釧路東高校生と の懇談会(15:00~)			カラオケ交流会 (13:30~15:30) 放課後プログラム (16:00~18:00) いっぽいっぽ岩手	



熱中症に注意しましょう
 食中毒にも注意して下さい
 水分も忘れずに

