

# 楽しく体操

あー  
少し変だかな?



これからだんだん寒くなり  
散歩も大変になって来ますね  
そんな時、中で簡単で楽しく  
出来る楽しく体操です。  
うけて楽しみながらやって見ましょう。



北田仮設だより



日増しに寒くなって来ました。  
これからは風邪の季節でも  
有ります。体調を崩さばい様  
気を付けましょう。

暗くなるのも早く見えにくく  
大変です。足元に気を付けて  
歩きましょう。



## 移動図書

毎月2回来て下さいます。  
見たい本がある時などはリクエストすると  
次に持って来て下さいます。

コーヒーもとても  
美味しいですよ。



談話室にも  
置いてあるので  
皆さんも利用  
して下さい。

平成 25 年

11 月号

## 11月の予定

11月6日(水) 移動図書(シャントイ) 13:00~14:00

11月15日(金) 健康相談(予防医学協会) 11:00~12:00

11月20日(水) 移動図書(シャントイ) 13:00~14:00

11月25日(月) 思い出の品返還(ぐるっと大槌) 10:00~15:00

11月29日(金) 楽しく体操 13:30~15:00

