



# おたっしゃ家 予定表

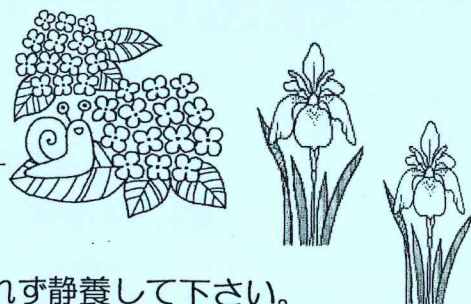
申し込み・問い合わせ  
 上市町社会福祉協議会  
 473-9300  
 おたっしゃ家（中央小学校内）  
 472-2716

月	火	水	木	金
 <b>7</b> 手芸教室 指導 山本逸子さん	<b>1</b> 花植え&草むしり	<b>2</b> 手作りの日（鏡餅） 深川清子さん	<b>3</b> DVD鑑賞会 	<b>4</b> ペタンク 伊井好作さん
	<b>8</b> 習字教室 指導五十里鉄代さん	<b>9</b> いきいき体操 指導 有山静子さん 読み聞かせ 上市図書館職員	<b>10</b> プラパン作り ★13:30～帰宅	<b>11</b> 手作りの日 ペットボトルのふたで かわいい動物作り
<b>14</b> 為になるお話 黛貞夫さん	<b>15</b> 健康相談、ミニ講座 研修医 折紙・工作	<b>16</b> 脳トレ 森さん 	<b>17</b> 座ってできる太極拳 指導富田さん谷さん カレンダー作り 7月	<b>18</b> ペタンク 伊井好作さん 英語を楽しもう 伊藤澄子さん
<b>21</b> 転倒、介護予防体操 アピアスポーツクラブ	<b>22</b> 種でブローチ作り① 	<b>23</b> 種でブローチ作り②	<b>24</b> 三味線に合わせ唄お う（剣民謡）	<b>25</b> 誕生会 （6月生まれ）
<b>28</b> 手芸教室 指導 山本逸子さん	<b>29</b> 新聞紙でかばん作り	<b>30</b> 習字教室 指導五十里鉄代さん		

★…職員研修会のため早めに帰宅します

早いもので梅雨の季節です。体調を崩しやすいシーズンです。

気温の変化が大きいため身体がついていけず、なんとなく疲れが出たり、体調を崩す事もあります。ジメジメと気分もめいりがちな日が続きますが、気分転換して梅雨の時期をのりこえましょう。また、食中毒にも気をつけましょう。



コロナワクチン予防接種が始まりました。

予防接種を受けられた日と翌日はなるべく予定を入れず静養して下さい。