

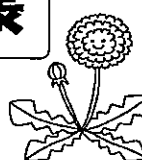
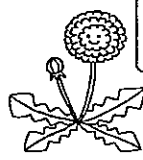
生きがいデイサービス

令和7年

5月



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
過ごしやすい季節です。 散歩や日向ぼっこ、体操などして健康維持を心がけましょう。 熱中症に気を付けて外出する時は、<u>水分を必ず持参</u>してください！			1 大正琴 (サフラン)	2 手づくりの日 ふくろう
5 こどもの日	6 振替休日	7 転倒・介護予防体操 アビ・アスポーツクラブ	8 おいしいお茶席 (コスモスの会)	9 ミニハイク 薬草園
12 手作りの日 深川清子さん	13 習字教室 指導 清水順子さん	14 いきいき体操 指導 有山静子さん 読み聞かせ 上市図書館	15 座ってできる太極拳 指導 富田・渡辺さん	16 ペタンク 伊井好作さん
19 ノルディック体操 指導 霜下美智子さん	20 パークゴルフ 丸山運動公園 楽しい英語 伊藤澄子さん	21 脳トレ (つるぎ脳トレクラブ) 健康教育 看護学生	22 民謡を唄おう (劔民謡)	23 誕生会 (5月生まれ)
26 バスハイク 立山山麓散策 ドライブイン剣(昼食)	27 研修医による 健康相談、ミニ講座	28 モルック	29 小さな音楽会 二胡演奏 瀬成知秀さん	30 オンライン通信 みんなで わきあいあい体操

