

下灘老人憩の家 4月の活動予定表

暖かさが増して、花の便りに心を弾ませる季節になりました。
桜の花も今を盛りとばかりに咲きほこり、小鳥のさえずりが軽やかに耳に響きます。
さて、4月は新年度のスタートですね。皆様が楽しく過ごして頂けますよう、活動してまいりますので
改めまして、本年度もよろしくお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ チューリップの花束	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
7	8	9	10	11	12	13
午前	集いの時間	お休み	DVD鑑賞 ちこちゃんに 叱られる	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
14	15	16	17	18	19	20
午前	集いの時間	お休み	スマイルクラブ くまのぬいぐるみ	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
21	22	23	24	25	26	27
午前	集いの時間	お休み	レッツ! ミカンまる体操 ラジオ体操	お休み	集いの時間	午前
午後	入浴		入浴		入浴	午後
28	29	30				
午前	お休み	お休み				午前
午後	●4月29日● 昭和の日		午後			

※都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

○ 時 間

裏面もご覧ください。

水曜日の午前中の活動時間は 10:00 ~ 11:30 です。

入浴は、月・水・金の 13:00 ~ 15:30 までで、1回200円です。
(利用人数により、時間調整をさせていただく場合があります。)



お問い合わせ

下灘老人憩の家 ☎ 987-5055

伊予市双海町串甲3670番地16 下灘コミュニティセンター内



4月 活動内容のご案内

スマイルクラブ

4月 3日 (水) 「チューリップの花束」

4月 17日 (水) 「くまのぬいぐるみ」

両日 10:00~



指先を動かすことで脳も活性化します。
みんなで物づくりを楽しみましょう！

・参加費300円

・申込不要

DVD鑑賞

【ちこちゃんに叱られる】

4月 10日 (水)

10:00~

【カーレット】とは机の上で出来るカーリングのような遊びです。
一緒に楽しみましょう♪

参加費無料 申込不要
お気軽にご参加ください



レッツ！

ミカンまる体操

ラジオ体操

4月 24日 (水) 10:00~

みんなで無理なく、
体を動かしましょう！
ストレッチや筋トレもあります！

参加費無料 申込不要
お気軽にご参加ください



お問い合わせ

下灘老人憩の家

☎ 987-5055

伊予市双海町串甲3670番地16 下灘コミュニティセンター内

