

地域活動支援センター のどか

利用時間 月、火、木、金 9時30分～17時00分/水 9時30分～19時30分/土 13時～19時30分

2008年 7月

2008年 7月					2008年 8月				
日	月	火	水	木	日	月	火	水	木
			1	2					1
6	7	8	9	10	3	4	5	6	7
13	14	15	16	17	10	11	12	13	14
20	21	22	23	24	17	18	19	20	21
27	28	29	30	31	24	25	26	27	28
					31				30

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土/日
友引	7月 1日 先負	2日 赤口	3日 先勝	4日 友引	5日
	12:15 昼食会	14:00 太極拳	12:15 昼食会 13:00 自分探検隊 14:30 掃除		先負 6日
仏滅	7日 大安	8日 赤口	9日 先勝	10日 友引	11日 先負
12:15 昼食会 13:00 自治会ゴミ拾い 14:00 茶話会(七夕会☆)		12:15 昼食会	15:00 お茶会	12:15 昼食会 13:30 ミーティング(予定決め) 14:30 掃除	仏滅 13日
大安	14日 赤口	15日 先勝	16日 友引	17日 先負	18日 仏滅
12:15 昼食会 13:00 自治会ゴミ拾い 14:00 絵画教室		12:15 昼食会 14:00 レク:ポーリング		12:15 昼食会 13:00 退院促進交流部 15:00 掃除	花火大会(大淀) 大安 20日
赤口	21日 先勝	22日 友引	23日 先負	24日 仏滅	25日 大安
海の日		12:15 昼食会 13:00 自治会お誕生日会		12:15 昼食会 13:00 グランドゴルフ 14:30 掃除	赤口 27日 花火大会(吉野)
先勝	28日 友引	29日 先負	30日 仏滅	31日	
12:15 昼食会 13:00 自治会ゴミ拾い 14:00 絵画教室		12:15 昼食会 13:30 退院何でも相談会 16:30 夕食会	13:00 買い物へ行く♪		

※生活相談センターは月～金 9時30分～19時30分/土 13時～19時30分

★ 昼食会…参加費 300 円！大勢でわいわいご飯を食べましょう～♪(毎週月・水・金曜日)
 ☆太極拳…体の隅々まで伸ばして、リフレッシュしましょう♪(3日 木曜日)
 ★ 自分探検隊…皆で楽しく話をしましょう。自分を知るきっかけですね！(4日)
 ☆ 茶話会…7月7日は七夕です！短冊に願いを書いて、皆で盛り上がりましょう～☆(7日 月曜日)
 ☆ お茶会…抹茶とお菓子で癒されてください～♪(10日 木曜日)
 ★ 予定決めミーティング…8月の予定を皆で話し合しましょう☆(11日 金曜日)
 ☆ ポーリング…スカッとポーリングで汗を流しましょう！！(16日 水曜日)
 ★ 退院促進交流部…病院に入院している方との交流会です。地域の風を運びましょう♪(18日 金曜日)
 ☆ 自治会お誕生日会…7月生まれの方の御誕生日を祝います！おめでとう☆(23日 水曜日)
 ★ グランドゴルフ…久しぶりのグランドゴルフ楽しみましょう♪(25日 金曜日)
 ☆退院何でも相談会…入院時の生活や退院後の生活色々なことを語りましょう(30日 水曜日)
 ★夕食会…少人数でアットホームな夕食をいただきます(30日 水曜日)
 ☆絵画教室…本格的な絵の勉強です。目指せ美術家☆(7・28日)
 その他、のどかでしたいことがあれば、提案して下さい！のどかを一緒に作りましょう☆

7月！いよいよ夏本番です☆。夏ばてしないように元気に過ごしましょう～♪