



支援員だより



イベントのお知らせ

○ 11月 4日(金) 健康相談 11:00~12:00

お隣第5のイベント情報

○ 11月14日(月) 楽しく体操 13:30~15:00

○ 11月22日(火) けん玉教室 10:00~12:00

○ 11月25日(金) ふれあいサロン 13:00~15:00

○ 11月26日(土) 屋外 炊き出し 8:00~15:00

○ 11月27日(日) お茶っこ・相談 13:00~16:00

○ 11月 4日(金) 熊谷さん・川上さんのストレッチ
15日(火) 9:00~10:00

※熊谷さん・川上さんのストレッチは、ボールをつかいたいといつもと違う体操を無理なく指導して頂きます。

第5集会所でのラジオ体操の後行いますので、どうぞ参加してみてください。

急に寒くなってきた、そろそろインフルエンザの予防接種の時期です。インフルエンザは予防接種を受けることで「かかりにくくなる。」こと「かかっても軽くすむ。」というメリットがあります。かかりつけのお医者さんと相談のうえ摂取をしましょう。手洗い、うがいをきちんとする事も予防につながるの、外出から帰って来たら忘れずに行いましょう。

ゴミの出し方や収集日は、大槌町のゴミカレンダーを参考に分別し、決められた日の朝に出しましょう。宜しくお願いします。

