

日	月	火	水	木	金	土
 7月号		1	2 学習支援 いっぽいっぽ (16:00～18:00)	3	4 パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	5
6	7 健康相談・口腔ケア 予防医学 (11:00～12:00)	8 手芸教室 (13:30～15:30)	9 着物リメイク (11:00～16:00)	10	11 体と頭を使った リラックス (9:00～11:30)) カラオケ (13:30～15:30)	12
13	14 健康体操 (13:30～14:30)	15	16	17 スポーツ吹き矢 (13:30～15:00)	18 パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	19
20 日帰りバス旅行 (8:00～)	21	22 手芸教室 (13:30～15:30) 学習支援 (16:00～18:00)	23	24 健康相談 (個人) 予防医学 (11:00～12:00)	25 パソコン教室 (10:00～12:00) カラオケ (13:30～15:30)	26 
27	28 DVDによる体操 (13:30～14:30)	29	30	31		

**中村仮設
だより**


 熱中症に注意して下さい
 こまめに水分をとりましょう
 食中毒に注意して下さい

支援員