

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
7月号	中村仮設だより				カラオケ交流会 (13:30~16:00)	
3	4	5	6	7	8	9
	DVDの体操 (13:30~14:30)	浜民中学生さん来訪 14:00~14:45/ボラン ティア活動 14:45~15:15/交流会		(七夕)	カラオケ交流会 (13:30~16:00)	
10	11	12	13	14	15	16
	DVDの体操 (13:30~14:30)	さおり織 (10:00~12:00) 新生おおつち 手芸お茶っこ (13:30~16:00)	ニュースポーツ スポーツ吹き矢 (13:30~15:30) (町)生涯学習課	鍼灸と傾聴 (9:30~)	カラオケ交流会 (13:30~16:00)	
17	18	19	20	21	22	23
	(海の日)	手芸お茶っこ (13:30~16:00)	1)健康相談会 (11:00~12:00) 2)田中勝康様による カラオケ交流会 (13:30~16:00)	楽しく体操 なんでも相談会 (13:30~15:00) (町)包括支援センター	カラオケ交流会 (13:30~16:00)	
24	25	26	27	28	29	30
	DVDの体操 (13:30~14:30)	手芸お茶っこ (13:30~16:00)		北海道釧路東高校生 との交流会 (15:00~)	カラオケ交流会 (13:30~16:00)	
31						



アジサイ

熱中症に注意して下さい
食中毒にも注意しましょう
水分も忘れずに取りましょう

