

くにたち北センターたより

2021.7月の予定

午前

午後

1日(木)	リハビリ体操	作品作り
2日(金)	リハビリ体操	作品作り
3日(土)	リハビリ体操	作品作り
5日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
6日(火)	リハビリ体操	作品作り
7日(水)	リハビリ体操	作品作り
8日(木)	リハビリ体操	作品作り
9日(金)	リハビリ体操	作品作り
10日(土)	リハビリ体操	作品作り
12日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
13日(火)	リハビリ体操	作品作り
14日(水)	リハビリ体操	作品作り
15日(木)	リハビリ体操	作品作り
16日(金)	リハビリ体操	作品作り
17日(土)	リハビリ体操	作品作り
19日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
20日(火)	リハビリ体操	カレンダー
21日(水)	リハビリ体操	カレンダー
22日(木)	リハビリ体操	カレンダー
23日(金)	リハビリ体操	カレンダー かき氷します
24日(土)	リハビリ体操	カレンダー かき氷します
26日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
27日(火)	リハビリ体操	カレンダー
28日(水)	リハビリ体操	カレンダー
29日(木)	リハビリ体操	カレンダー
30日(金)	リハビリ体操	カレンダー
31日(土)	リハビリ体操	カレンダー

☆7月のご馳走日…7日(水)の七夕ランチにいます。お楽しみに！！



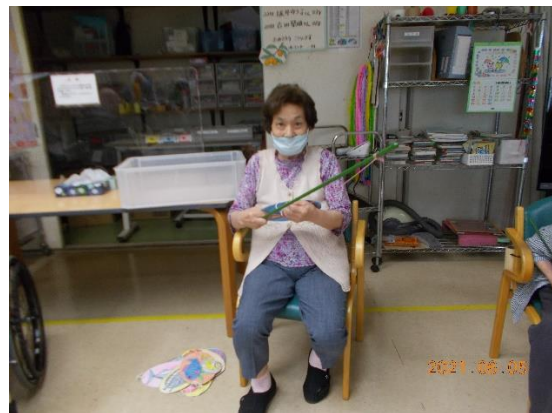
お知らせ

今年は気温が高くなる日が多く、暑い夏になりそうです。
7/28(水)は【土用の丑の日】です。万葉集の中で大伴家持が
うなぎを食べて疲れを取ろうと歌っています。大昔からの日本の
習慣ですね。消化吸收のいい【うどん】もいいですよ！

5月の活動風景



さかなや缶を釣り竿で釣ります なかなか難しいですよ



海や川ではありませんが、釣れた時はうれしいです！



梅の実のへたを取り竹串で穴をあけ、氷砂糖を入れて
梅ジュース作りに挑戦してます。飲めるのはいつでしょうか？