

くにたち北センターたより

2021.8月の予定

午前

午後

2日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
3日(火)	リハビリ体操	作品作り
4日(水)	リハビリ体操	作品作り
5日(木)	リハビリ体操	作品作り
6日(金)	リハビリ体操	作品作り
7日(土)	リハビリ体操	作品作り
9日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
10日(火)	リハビリ体操	作品作り
11日(水)	リハビリ体操	夏祭り かき氷します
12日(木)	リハビリ体操	夏祭り かき氷します
13日(金)	リハビリ体操	作品作り
14日(土)	リハビリ体操	作品作り
16日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
17日(火)	リハビリ体操	作品作り
18日(水)	リハビリ体操	作品作り
19日(木)	リハビリ体操	カレンダー
20日(金)	リハビリ体操 ご馳走日	カレンダー
21日(土)	リハビリ体操	カレンダー
23日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
24日(火)	リハビリ体操	カレンダー
25日(水)	リハビリ体操	カレンダー
26日(木)	リハビリ体操	カレンダー
27日(金)	リハビリ体操	カレンダー
28日(土)	リハビリ体操	カレンダー
30日(月)	リハビリ体操	カレンダー
31日(火)	リハビリ体操	カレンダー

★8月のご馳走日は20日(金)。**[夏バテ防止ランチ]**です。栄養つけてね！！



お知らせ

『処暑』とは暑さが収まる頃という意味ですが、実際にはまだ暑さが続きます。枝豆やレバーは夏バテに効果的です。夏野菜を食べて暑さに負けない体をつくりましょう！

6月の活動風景



6月のランチです



お味はいかがでしょう？



ちらし寿司や八幡巻きにシューマイ・美味しかったですか？



7/7に106歳になりました。おめでとうございます！！

国立市最高齢の 田村 きみさんです。