

くにたち北センターたより

2021.11月の予定

午前

午後

1日(月)	中島先生のリハビリ体操	作品作り
2日(火)	リハビリ体操	作品作り
3日(水)	リハビリ体操	作品作り
4日(木)	リハビリ体操	作品作り
5日(金)	リハビリ体操	作品作り
6日(土)	リハビリ体操	作品作り
8日(月)	中島先生のリハビリ体操	作品作り
9日(火)	リハビリ体操	作品作り
10日(水)	リハビリ体操	作品作り
11日(木)	リハビリ体操	作品作り
12日(金)	リハビリ体操	作品作り
13日(土)	リハビリ体操	作品作り
15日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
16日(火)	リハビリ体操	カレンダー
17日(水)	リハビリ体操	カレンダー
18日(木)	リハビリ体操	カレンダー
19日(金)	リハビリ体操	カレンダー
20日(土)	リハビリ体操	カレンダー
22日(月)	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
23日(火)	リハビリ体操	カレンダー
24日(水)	リハビリ体操	カレンダー
25日(木)	リハビリ体操	カレンダー【紅葉ランチ】
26日(金)	リハビリ体操	カレンダー
27日(土)	リハビリ体操	カレンダー
29日(月)	中島先生のリハビリ体操	カレンダー
30日(火)	リハビリ体操	カレンダー

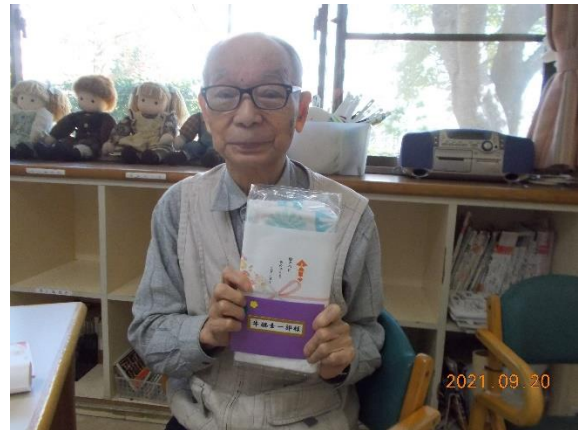
★11月のご馳走日…25日(木)の【紅葉ランチ】です



お知らせ

11月7日(日)は立冬です。もう冬の到来ですね。
この日は【鍋の日】です。鍋は栄養バランスがよく、体も温まりお勧めの食べ物です。栄養をつけて病気知らずの体を！！

9月の活動風景



長寿のお祝いをしました！ 皆さん益々お元気でいてください



花束やお祝いのタオルをプレゼントしました



ビンゴ大会では景品のプレゼント 外れちゃった・・・と4人