くにたち北センターたより

令和７年８月の予定

	午前	午後
１日（金）	リハビリ体操	作品作り
２日（土）	リハビリ体操	篠原先生の音楽レク
４日（月）	リハビリ体操	作品作り
５日（火）	リハビリ体操	作品作り
６日（水）	リハビリ体操	作品作り
７日（木）	リハビリ体操	人見先生の合唱
８日（金）	リハビリ体操	夏祭り（かき氷、フランクフルト）
９日（土）	中嶋先生のリハビリ体操	作品作り
１１日（月）	リハビリ体操	作品作り
１２日（火）	リハビリ体操	作品作り
１３日（水）	リハビリ体操	篠原先生の音楽レク
１４日（木）	リハビリ体操	人見先生の合唱
１５日（金）	リハビリ体操	作品作り
１６日（土）	中嶋先生のリハビリ体操	篠原先生の音楽レク
１８日（月）	リハビリ体操	ハープ演奏
１９日（火）	リハビリ体操	ギター＆ハーモニカ客演
２０日（水）	リハビリ体操	カレンダー
２１日（木）	リハビリ体操	人見先生の合唱
２２日（金）	リハビリ体操	カレンダー
２３日（土）	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー
２５日（月）	リハビリ体操	カレンダー
２６日（火）	リハビリ体操	カレンダー
２７日（水）	リハビリ体操	篠原先生の音楽レク
２８日（木）	リハビリ体操	人見先生の合唱
２９日（金）	リハビリ体操	カレンダー
３０日（土）	中嶋先生のリハビリ体操	カレンダー

★８月のご馳走日は【夏バテ防止ランチ２２日】です。まだまだ暑い日が続きますので、夏バテ予防のために今月もウナギを食べて元気に乗り切りましょう！

喉の渇きを感じていなくても細目に水分を取って熱中症にならないように注意して過ごしていただければと思います。水分補給には水や麦茶などがおすすめですが、緑茶やジュース、ビールなども美味しいですよね！皆さんはどんな飲み物がお好きでしょうか？

6 月の活動風景

北センター運動会　十数年ぶりの開催となりましたが大変盛り上がりましたね！

参加された皆さまお疲れ様でした！

おやつのチョコバナナ　クラッカーが甘じょっぱくておいしいと好評でした！