

7月 月間レクカレンダー

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ペン習字 お手玉棒倒し 移動販売 カラオケ	せれな工房 お手玉棒倒し カラオケ	集団運動・脳トレ コンサート カラオケ	ポッチャ 移動販売 カラオケ
6	7	8	9	10	11
手工芸 ジンギスカン♪ テーブルホッケー カラオケ	絵手紙教室 ジンギスカン♪ ひっばってGO!GO! カラオケ	フラダンス ジンギスカン♪ 移動販売 カラオケ	せれな工房 理美容締切日/12:00 カラオケ	体操レク ポッチャ カラオケ/ネイル	お手玉積みゲーム 移動販売 カラオケ
13	14	15	16	17	18
手工芸 理美容 色々玉入れ カラオケ	絵手紙教室 理美容 スカットボール カラオケ	ペン習字 理美容 移動販売 カラオケ	せれな工房 理美容 コンサート カラオケ	テーブルゲーム 理美容 ポッチャ カラオケ	魚釣り 移動販売 カラオケ
20	21	22	23	24	25
手工芸 お花の日 スリッパ飛ばし カラオケ	絵手紙教室 ポッチャ カラオケ	フラダンス 移動販売 カラオケ	せれな工房 理美容締切日/12:00 カラオケ	集団運動・脳トレ お花の日 カラオケ	色々玉入れ 移動販売 カラオケ/ネイル
27	28	29	30	31	
手工芸 理美容 ポッチャ カラオケ	絵手紙教室 理美容 テーブルホッケー カラオケ	ペン習字 理美容 移動販売 カラオケ	せれな工房 理美容 理美容締切日/12:00 カラオケ	かるた 理美容 ポッチャ カラオケ	

※当日の状況によりレクリエーションの内容を変更する場合がございますのでご了承ください

6月はパークゴルフに行ってきました♪
ご参加の皆様とっても楽しそうに帰ってこられました♪MYクラブを持参される方もいて楽しんでいただけたと思います♪
7月はいよいよBBQ!!昨年好評だったジンギスカンレクです♪



7月オンラインコンサート

- ◆7月 3日(金) 千昌夫さんです!
- ◆7月16日(木) 山川豊さんです!

※当日参加希望の方は増回・振替利用のご相談承っております。
人数に限りがあるのでお早目にご相談くださいね♪



夏の室温管理は健康を左右する重要なことです!まず、知っておいていただきたいのは、室温は28℃以下に保つことが基本だと言われているそうです。環境庁の熱中症予防情報サイトによると、年齢が高くなってくると体温調節機能が低下してくるため、若い世代よりも暑さを感じにくく、熱中症のリスクが高まるそうです。適正室温と水分摂取をお願いいたします!

パークゴルフでナイスショット!

