





平成31年あったかふれあいセンターにしきの広場3月予定表



日	月	火	水	木	金	土	
<p>まだまだ寒い日が続きます。風邪の予防にうがい、手洗い お部屋の換気、加湿を心がけるようにしていきましょう。 水分補給も忘れずに(*^_^*)</p>						<p>1 サテライト三浦</p>	<p>2 なないろカフェ 住民勉強会 社協</p> 
3 休み	4 PMカラオケクラブ	5 脳と体の健康教室 サテライト下田の口	6 訪問・研修	7 医師の健康相談 PM健康体操	8 サテライト三浦	9 休み	
10 休み	11 PMカラオケクラブ	12 脳と体の健康教室	13 男の料理教室	14 PM健康体操	15 サテライト三浦	16 なないろカフェ 9時～12時	
17 休み	18 PMカラオケクラブ	19 脳と体の健康教室 サテライト下田の口	20 子ども食堂 17時～18時	21 春分の日 訪問・研修	22 サテライト三浦	23 休み	
24 ケアニン上映 あかつき館	25 PMカラオケクラブ	26 脳と体の健康教室	27 訪問・研修	28 PM健康体操	29 サテライト三浦	30 休み	
31 休み	<p>★1回の利用料金は昼食、おやつ代として600円です。 ★希望に応じて送迎や、買い物支援、移送支援(黒潮町内の商店や役場、銀行、郵便局、病院)も行っています。 ★利用についてのお問い合わせはにしきの広場43-3630までお願いいたします。</p>						