



# はむろ通信

NO.150

発行 2019年10月25日  
つどいの家「はむろ」  
〒569-1147 高槻市土室町36-5  
TEL 696-8420

- 朝晩冷え込む日が多くなりました。皆様風邪を引かない様に気を付けて、元気にはむろにお越しください。
- 今月お誕生日を迎えられる方は、永田悠紀子さん、藤本さんです。おめでとうございます。



## 11月の行事予定表

※午前中は健康チェックと身体と脳の介護予防体操をしています



		月	火	水	木	金	土	日
						1	2	3
プログラム	介護予防	 <p>予定のプログラムの他に絵手紙・習字・ぬりえ・脳トレのプリント・将棋・オセロ・囲碁等、ご自由にお楽しみ頂けます。</p>				秋の実りオブジェ		
	全体					元気に歌いましょう		
		4	5	6	7	8	9	10
プログラム	介護予防	強化体操						
	全体	輪投げ大会	輪投げ大会	輪投げ大会	輪投げ大会	輪投げ大会		
								
		11	12	13	14	15	16	17
プログラム	介護予防	クリスマスリース作り						
	全体	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り		
								
		18	19	20	21	22	23	24
プログラム	介護予防	クリスマスリース作り						
	全体	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り	クリスマス作品作り	ナツメロ	楽謡会		
					お誕生会 永田さん 藤本さん			
		25	26	27	28	29	30	
プログラム	介護予防	来年の絵馬作り						
	全体	来年干支作り	来年干支作り	ハーモニカ演奏	さわやかコーラス	来年干支作り		
								