

# 7月の予定

日	曜	午前			午後		
1	月						
2	火	●ゲートボール ふれあい体操	9:30 10:00	屋外 体育室	●健康相談	13:00	相談室
3	水	うたごえ広場	10:30	会議室	写経をはじめる	13:30	会議室
4	木	歴史への誘い ●ゲートボール	10:00 9:30	会議室 屋外			
5	金	豊かに生きるための国語	10:00	会議室	●健康相談	13:00	相談室
6	土	男の体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	介護予防体力アップ 笑顔で民謡	13:00 13:30	体育室 会議室
7	日	健康講座申込受付 9:30~16:00					
8	月	四季のおりがみ	10:00	会議室	声を出そう! 詩吟教室	13:30	会議室
		健康講座申込受付 9:30~16:00					
9	火	古典文学 ●ゲートボール ふれあい体操	10:00 9:30 10:00	会議室 屋外 体育室	●健康相談 ○筋力マシンアドバイス	13:00 13:30	相談室 訓練室
		健康講座申込受付 9:30~16:00					
10	水				○煮縁亭	13:30	相談室
11	木	●ゲートボール	9:30	屋外			
12	金				彩り☆舞踊 ●健康相談 ○熱中症対策講座	13:30 13:00 15:00	体育室 相談室 会議室
13	土	男の体操 みんなのコーラス	10:00 10:00	体育室 会議室	介護予防体力アップ	13:00	体育室
14	日	休館日					
15	月						
16	火	フラワーアレンジ ●ゲートボール ふれあい体操	10:00 9:30 10:00	会議室 屋外 体育室	●健康相談 ○折り紙で壁面装飾	13:00 13:30	相談室 会議室
17	水				写経をはじめる	13:30	会議室
18	木	●ゲートボール 歴史への誘い	9:30 10:00	屋外 会議室			
19	金	豊かに生きるための国語	10:00	会議室	○手話ダンス ●健康相談	13:30 13:00	体育室 相談室

日	曜	午前			午後		
20	土	男の体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	介護予防体力アップ 笑顔で民謡	13:00 13:30	体育室 会議室
21	日						
22	月				声を出そう! 詩吟教室	13:30	会議室
23	火	古典文学 ●ゲートボール ふれあい体操	10:00 9:30 10:00	会議室 屋外 体育室	○映画鑑賞会 ●健康相談	13:30 13:00	会議室 相談室
24	水				○筋力マシンアドバイス	13:30	体育室
25	木	●ゲートボール	9:30	屋外	○団欒茶坊	13:30	体育室
26	金				彩り☆舞踊 ●健康相談・栄養相談	13:30 13:00	体育室 相談室
27	土	男の体操 みんなのコーラス	10:00 10:00	体育室 会議室	介護予防体力アップ	13:00	体育室
28	日	休館日					
29	月						
30	火						
31	水						

●印は自由参加、○印は事前申込です。

その他は受講生確定済みのため途中参加いただけません。

## 7月のラジオ体操予定

※次回 健康講座は2013年度8月開講です。  
教養講座は2013年度10月開講です。  
※筋力マシンアドバイスの申込は毎月1日から行って  
おります。

☆健康相談 ※今月は火曜日:2日,9日,16日,23日  
金曜日:5日,12日,19日,26日です。

○お風呂 月・水・金 12:00~15:00  
※祝日の場合はお休みいたします。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



ひらがなで計算式が書かれています。挑戦してみてください。

- 1,じゅうたすご=
- 2,さんじゅうしちひくにじゅうはち=
- 3,じゅうたすじゅうしひくく=
- 4,ろくたすしちひくにたすいち=
- 5,にじゅうはちひくにかけるろく=



※答えはお便りの右下にあります。

脳トレ答え (1)15 (2)9 (3)15 (4)12 (5)16 いかがでしたか??