

あおぞらだより

{福山市神辺町・堂々川公園}

9月の活動予定

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		懐かし映像	書道	頭の体操	映画鑑賞 (洋・邦画)
6	7	8	9	10	11
あおぞら式 3B 体操	ハンドケア	料理教室	華道	水彩画	あそびり テーション
13	14	15	16	17	18
ちぎり絵	あおぞら式 太極拳	アロマフット マッサージ	カラオケ	書道	映画鑑賞 (邦画)
20	21	22	23	24	25
おもしろ クイズ	コーラス	長寿を 祝う会	映画鑑賞 (邦画)	切り絵	あそびり テーション
27	28	29	30		
カレンダー 作成	カレンダー 作成	お菓子 作り	脳トレ		

少しずつ、涼しくはなってくると思いますが、夏バテは9月にやってくるといいます。水分をこまめに摂って、なんとか乗り越えましょう！ 9月の予定ですが、【長寿を祝う会】を行います。参加曜日ではない人も参加できますので、是非参加してみてくださいね。お待ちしております。

