

🌻 お気軽にお立ち寄りください。お茶出し、話し相手をしてくださるボランティアも募集しています!

2025年(令和7年)8月 ふれあいハウスたんたん 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
 <p>健康ストレッチ、みんなで歌おう、カラオケ、散歩 朗読、おしゃべり、読書を楽しみます!</p>					<p>1 今月生まれはだーれ 🍷</p> <p>午前10:30 七夕飾りを作ろう</p> <p>午後1:10 ハツラツ元気体操</p>	<p>2</p>
3	4	5	6	7	8	9
		<p>とんとんとん 10時~15時 軽食 ¥300</p>	<p><ミニイベント> 午前10:30 七夕飾りをしよう</p> <p>午後1:10 七夕まつり 真尾先生と楽しもう</p> 		<p><ミニイベント></p> <p>午前10:30 ハツラツ元気体操</p> <p>午後1:10 慶野先生の民話や歌</p>	
10	11	12	13	14	15	16
		<p>とんとんとん 10時~15時 軽食 ¥300</p>	お盆休み		お盆休み	
17	18	19	20	21	22	23
			<p><ミニイベント></p> <p>午前10:30 川上厚子先生と認知症予防</p> <p>午後1:10 飯山さんの朗読</p>	<p>とんとんとん 10時~15時 軽食 ¥300</p>	<p><ミニイベント></p> <p>午前10:30 ハツラツ元気体操</p> <p>午後1:10 石塚先生と折紙を楽しもう</p>	<p>子ども食堂</p>
24	25	26	27	28	29	30
		<p>とんとんとん 10時~15時 軽食 ¥300</p>	<p><ミニイベント></p> <p>午前10:30 田中正造翁ボランティアさんと楽しもう</p> <p>午後1:10 落語を楽しもう</p>		<p><ミニイベント></p> <p>午前10:30 体、口の体操、朗読、歌など</p> <p>午後1:10 ハツラツ元気体操</p>	
31	<p>★ 熱中症に気をつけよう ⇒ こんな時は要注意 !!</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ● 睡眠不足、食欲がない、口が乾く ● 血圧の変化、トイレに行く回数が減った </div> </div> <p>◎ 意識して水分、塩分をとりましょう</p>					<p>★ 脱水症をおこさないよう</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;"> <p>水分や塩分を</p> </div>  </div>