



1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 元旦	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11 成人の日	12 ドンパン体操 13:30 ~ 15:00	13	14	15 健康相談 13:30 ~ 14:30	16
17	18	19 newスポーツ 吹き矢と輪投げ 10:00 ~ 11:00	20 熊谷さんの ストレッチ 10:00 ~ 11:00	21	22	23
24	25	26 楽しく体操 なんでも相談会 13:30 ~ 15:00	27	28	29	30

31

吉里中仮設だより

インフルエンザの予防接種は、しましたか？
『ちょっとだけ』でも、外に出る時は、
寒くない格好で！
かぜをひかないよう、心がけましょう。
2016年も よろしくお願ひします。
支援員 小国・岩間



12月9日
味の素 減塩クッキング

