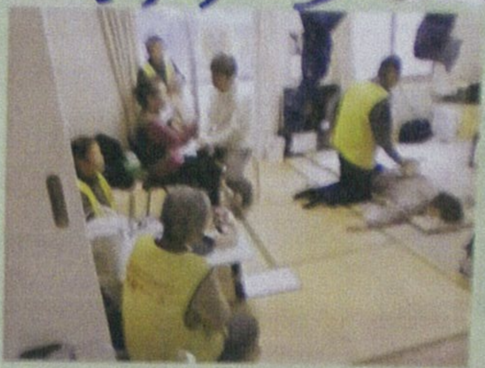
笑 TŪ－SHIN

2月号

大槌第3
談話室便り
第40号
2016.2.1発行

みずき団子

片瓜さんのマッサージ



能谷さんのストレッチ

味の素の料理教室

2月のイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1 カラオケ 13:30～15:30	2	節分 3 楽らく体操 13:30～15:00	立春 4 ぴんころ体操 13:30～15:30	5	6
7	8 健康相談 11:00～12:00 カラオケ 13:30～15:30	ドンパン体操 9 13:30～15:00	10 支援員地区 ミーティング 10:30～12:00	建国記念の日 11	12	13
バレンタイン 14	15 カラオケ 13:30～15:30	16 片瓜さんのマッサージ 14:00～15:30	17	18 ぴんころ体操 13:30～15:30	19	20
21 マッサージ・お茶っこ [illegible] 9:00～	22 カラオケ 13:30～15:30	23	24	25 ぴんころ体操 13:30～15:30	26	27
28	29 カラオケ 13:30～15:30					

今年も花粉症の季節が近づいてきています。毎年この時期、花粉症の症状で悩まされている方は、早めにかかりつけの医療機関、または専門医から薬をもらうなど早めの対策をしておくのが良いでしょう。

2月3日は　節分です。
＊　鬼は外 豆をまき鬼払いしましょう！

第3談話室