

各仮設のブログやカレンダーが見られる
支援事業ホームページを公開しています。
是非、ご覧ください！

→ <http://ofunatocity.jp>

甫嶺仮設だより

やすらぎの家

毎週火曜日 9時～

学習支援

毎週火曜日 18時～

琴嶺会

10、24日13時～

健康相談

9日 11時～

10月の予定

カモシカ号

9日 14時30分～

陽だまりの会

17日 10時～

日曜学習支援

6、20日 9時～

ラジオ体操

毎日9時10分より

- * ちゃんと話を、(最後まで)聞いていますか？
- * 話しかけやすい雰囲気を、作っていますか？
- * 明るく挨拶、「ありがとう」を忘れていませんか？



- ◆ 秋といえば、おしゃれをしたくなる季節。おしゃれは、自律神経のバランスを保つためにもとても大切です。服装の細部まで気を配って、よりすてきな自分を演出できます。スポーツの秋、読書の秋、新しい習い事を始めるのにもピッタリの秋。
- ◆ インフルエンザ流行時の注意点？ (早めに医療機関を受診し治療を受けましょう)
 - イ) 外出時や人ごみの中に入る時にはマスクをする ニ) 人ごみを避ける
 - ロ) バランスの良い栄養を摂る ホ) 水分は飲みたい物を十分に補給しましょう
 - ハ) 室内では加湿器などを使い適度な湿度を保つ ヘ) 休養および睡眠を十分に摂る
- ◆ 流行時前に、インフルエンザワクチン接種を受けることです。(10月～11月)



ゆいっこ花巻 炊出しと足湯



陽だまりの会

