

# 令和6年 5月 あったかとさ集いカレンダー

予定は変更になる  
場合がございます。

月	火	水	木	金	土	日
		1  百歳体操	2  散策 ウォーキング	3  憲法記念日 祝日のため お休み	4	5
6  振替休日 祝日のため お休み	7  ちらし寿司の日	8  百歳体操	9  百歳体操	10  地域訪問day	11	12
13  いづみカフェ	14  3Aゲーム	15  あったか さくら貝さん交流	16  男性クラブ いの町あったか さんと交流	17  上映会 「ラーゲリより 愛をこめて」	18	19
20  あったかとさ 運営協議会	21	22	23	24  あったかよりやカフェ AM10時～PM1時	25	26
デイ清滝理学療法士さんによる 体力測定&フレイル予防についてのお話						
27  体力測定	28  百歳体操	29  書道の日	30  百歳体操	31  地域訪問day		

移動販売車: サンプラザ毎週月曜PM13:00頃 ・とくしまる毎週火・水・木AM10:30頃

## クラフト手芸製作

「クラフトゴミ箱」

日時: 5月24日 (金) PM13:00~

場所: あったかふれあい  
センターとさ

参加費: テープ代+ボンド代  
1000円程度です

定員15名 申込締め切り: 5/17 (金)

ご希望の方はあったかとさ迄ご連絡を。  
※ご自宅にメジャー等あればご持参  
ください

## ちらし寿司作り

日時: 5月7日 (火)

時間: 10:30~

場所: あったかふれあい  
センターとさ

参加費: 1000円 (お刺身付)

エプロン、三角巾を持参下さい。

※参加希望の方は4/30 (火) 迄に  
あったかとさへご連絡下さい。

あったかふれあいセンターとさ 土佐市家俊1081-1  
 ☎088-855-1385 (有) 四国総合介護システム

