



6月 ひだまりいろ通信

日	曜	活動	紹介・参加費
1	日		
2	月	クッキング	参加費 100円です！
3	火	梅雨予想&創作活動	当たるかなあ～
4	水	ドッチボール	カロリー消費！
5	木	マッサージ	癒しタイム
6	金	外に行こう	健脚！どんどん歩くよ～
7	土		
8	日		
9	月	アジサイを作ろう	季節を感じましょう
10	火	ボールを使おう！	カロリー消費！
11	水	栄養を学ぼう 📖	(´・ω・`)φメモメモ
12	木	押し花をしよう	出来上がりが楽しみです！
13	金	カラオケ 🎤	ひだまりいろ歌謡祭
14	土		
15	日		
16	月	チョークで書こう	駐車場がキャンパスだあ～
17	火	スライムを作ろう	作って、触って楽しもう！
18	水	カラオケ 🎤	ひだまりいろ歌謡祭
19	木	傘をさして歩こう 🌂	雨を感じよう
20	金	ドライブ 🚗	気分転換！
21	土		
22	日		
23	月	タオル体操	カロリー消費！
24	火	パズルをしよう	頭脳フル回転！！
25	水	リレーをしよう	バトンリレー
26	木	カフェタイム	おやつを食べながらトーク！
27	金	ストレッチ	マットでストレッチ！
28	土		
29	日		
30	月	スタンプしよう	想いのままに ペタッペタッ

祝日開所のお礼

4月29日(火) 昭和の日

26名中、19名の方にご利用して頂きました。

5月5日(月) こどもの日

26名中、14名の方にご利用して頂きました。

(契約曜日以外の方の利用2名)

5月6日(火) 振替休日

26名中、17名の方にご利用して頂きました。

(契約曜日以外の方の利用1名)

今年度からの試みの「祝日開所」にご参加くださり、本当にありがとうございました！職員にとっても学びの多い日となりました。

次回は、7月21日(月) 海の日です。ご利用お待ちしております！

6月のおすすめ

6月は、ご利用者の皆さんの「健康」にスポットを当ててウォーキングや体操、ストレッチなどカロリー消費を目標にしています！
しっかり体をうごかしましょう！

お知らせ

ひだまりいろのホームページがリニューアルされました！写真やブログも順次、更新していきますので、ぜひ一度覗いてみてくださいね。

<https://nsfk.okayama.jp/hidamariiro/>

(注) 現在も加筆、修正等を行っています。少しずつ充実した内容にしていきたいと考えていますので、ご了承ください。

