

令和7年度



社会福祉法人 中野社会福祉協会

ひだまりいろ

TEL 086-420-0770

FAX 086-420-0880

E-mail hidamariiro@nsfk.okayama.jp

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

# 9月 ひだまりいろ通信

日	曜	活動	紹介・参加費
1	月	かこう	テーマは・・・
2	火	大玉転がし	ゴロゴロゴロ～
3	水	歩こう	カロリー消費！
4	木	イントロクイズ♪	何の曲？何の音？
5	金	つぶそう	ペシャンコに～
6	土		
7	日		
8	月	移そうゲーム！	左から右へー
9	火	投げよう	力強く 遠くまで
10	水	カラオケ🎤	ひだまりいろ歌謡祭
11	木	落語を聞いてみよう	お後が宜しいようでペコリ
12	金	塗り絵	集中して塗りましょー
13	土		
14	日		
15	月	カラオケ🎤	祝日開所！敬老の日
16	火	本を見よう📖	フムフム！
17	水	〇×クイズ	どっちが正解！？
18	木	行ってみたい所発表	(´・ω・`)φメモメモ
19	金	貼ろう	想いのままにペタペタ
20	土		
21	日		
22	月	穴を通そう	全集中！！
23	火	カラオケ🎤	祝日開所！秋分の日
24	水	汲んでみよう	こぼれない様にそっとね！
25	木	インタビューしよう	今日の主役は…だれだ！
26	金	避難訓練	訓練です！
27	土		
28	日		
29	月	クッキング	参加費 100円です！
30	火	体を動かそう	カロリー消費！

## 祝日開所！

9月15日（月）敬老の日

開所時間；8：30～17：30

送迎；通常通り

入浴；通常通り

食事；ご持参・もしくはお弁当注文

お弁当；590円（税込み）

※キャンセルは、前日の12時まで

9月23日（火）秋分の日

開所時間；8：30～17：30

送迎；通常通り

入浴；通常通り

食事；ご持参・もしくはお弁当注文

お弁当；590円（税込み）

※キャンセルは、前日の12時まで

祝日に、通所契約曜日でない方で、通所をご希望の場合はご相談ください。



## お願い！



水洗いして濡れた衣服を入れる為のビニール袋を、常時ご持参頂けると助かります！

## 9月のおすすめ

避難訓練！

もしもの時、いざ！という時に役に立つ避難訓練です。

落ち着いて、ゆっくり行動しましょう

## ひだまりいろの様子

とても暑い日が続いています。外に出て散歩するのは危険なので、室内でダンスやストレッチ、ウォーキングなどを行っています。日ごろ運動不足になりがちなので。少しでも体を動かしてカロリー消費！です。