

8月 まっごとネット細木

高知市上町5丁目4-1 (5丁目電停北側)
 ピュアリフレビル1階
 月曜日～金曜日 (祝日除く) 9時～16時

090-7788-1305

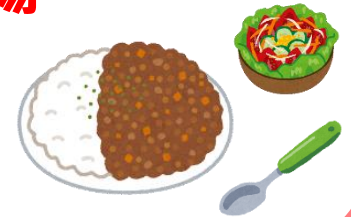
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|----|--------------------|-----------------|--|--|
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 休 |
| 6 生き生き 百歳体操 | 7 つみき | 8 | 9 生き生き 百歳体操 | 10 休 よさこい | 11 休 よさこい | 12 休 |
| 13 生き生き 百歳体操 | 14 | 15 | 16 生き生き 百歳体操 | 17 | 18 生きがい 交流広場 | 19 休 |
| 20 生き生き 百歳体操 | 21 | 22 | 23 生き生き 百歳体操 | 24 防災教室 | 25 | 26 休 |
| 27 生き生き 百歳体操 | 28 | 29 | 30 生き生き 百歳体操 | 31 |  |  |

18日(土) 12時～13時半

生きがい交流広場

メニュー予定

キーマカレー



24日(金) 15時～15時半

防災教室

避難場所と避難所を考える

講師: 廣井三紀 (防災士)



7日(火) 10時～12時

子育て広場

つみき



7日(火) 12時～12時半

お菓子販売

あけぼの会



毎週 (月・木) 10時～11時

生き生き百歳体操

& かみかみ体操



生き生き百歳体操

まっことネット細木「和み会」

毎週 月曜日 と木曜日

10時～11時

気軽にご参加下さい☆



いきがい交流ひろば



日時: 8月18日(土) 12時～13時半

料金: 300円(子供 100円)

手作りご飯を一緒にいかがですか?

予約方法: まっことネット細木にて申し込み用

紙を記入し、予約して下さい。

(定員 20名)

090-7788-1305



おかげさまでまっことネット細木は平成30年6月

1日で開所1周年を迎えました。

地域の皆様が気軽に立ち寄れる・ほっとできる場所
であるよう職員一同 笑顔でお迎えいたします。

これからもよろしくお願いいたします。

月～金 9時～16時

介護相談その他、受付けています。



8月メニュー(予定)

夏のキーマカレー

