

2022年10月号

◇発行／東日暮里サービスセンター 里の会

〒116-0014 荒川区東日暮里3-8-16

電話番号／3805-6121 ファックス／3805-6123

※センターからのお願い※

・感染予防の為、マスク着用のご協力、引き続き宜しくお願い致します。

9月の活動の様子

9/15・16 敬老会



敬老会おやつのケーキバイキング



足の体操を皆さんで頑張りました！



10月の予定

- 6日(木)・25日(火) クラブ活動
- 10日(月)・11日(火)スポーツ大会
- 14日(金)・27日(木) 誕生会
- 20日(木)・21日(金) 書道
- 26日(水) 季節の制作

9/10 誕生会



9/17 ペットボトルボーリング



センターでの敬老会では、ご利用者様皆様をお祝いさせていただきました。米寿・白寿・百寿・長寿の節目の方が12名いらっしゃいました。里の会の中でも2名節目の方がいらっしゃいました。おめでとうございます！また、来年もセンターでお祝いさせて下さいね！！

秋になりましたが、まだまだ暑い時もあり、気温差がみられます。そういう時に「寒暖差疲労」がみられるようです。耳たぶや首をストレッチしたり、首を温めると良いそうです。