

# ランチに来ませんか？

地域の皆さんと一緒にお昼ご飯を作り、  
リハビリ体操（介護予防の体操）をして、  
一緒にお昼ご飯を楽しく食べる場を  
用意しています。

楽しい時間を過ごしませんか？



毎月5と0のつく日に開催  
(5日,10日,15日,20日,25日,30日)

時間：10時30分～13時30分

場所：あすならホーム畝傍  
(檀原市大久保町287-1)

※ 10時30分から体操が始まりますので、その時間に間に合うようにお越しください。

お問い合わせ

社会福祉法人 協同福祉会  
あすならホーム畝傍

0744-24-1165

担当 吉田 小嶋



# ランチの様子



**みんなで体操！**



10時30分  
リハビリ体操  
口腔体操



11時45分  
昼食準備



**みなでお料理♪  
(ボランティアさんも一緒に)**



12時  
昼食



13時  
片づけ



**みなでお昼ご飯♪**



13時30分  
終了