

2017年8月



# 新神戸だより

夏バテ防止に「うなぎ」はいかがですか？うなぎは夏バテ解消、疲労回復効果以外にも視力低下や皮膚などを健康に維持する美容効果、脳卒中の予防・口内炎・高血圧の予防などさまざまな効果があります。しかも低カロリーですので、うなぎは身体にとっては、実に理想的な健康食品なのです。

## 行事予定 (★施設共通行事 ◎協会イベント)

日	曜日	午前	午後
1	火		リコーダー
2	水	ヨガ	
3	木	自力整体	
4	金	手芸	英会話
5	土	PCルーム	
8	火		リコーダー
9	水		点字
<b>夏期休所 10日～16日</b>			
17	木	ビーズ	ビーズ
18	金		音楽療法 / ◎ティータイムセミナー
19	土	PCルーム	
22	火	ハンドマッサージ	リコーダー
23	水	★アイライトコーラス	点字
24	木	ストレッチ	PC勉強会
25	金	ウォーキングデー(UD映画祭)	
26	土	PCルーム	
29	火		リコーダー
30	水		◎サマーミニコンサート
31	木	納涼お茶会	