

たんぽぽ通信

6月号



発行日：令和7年5月26日
 発行者：管理者 濱田 和之
 発行元：ワークプラザ・たんぽぽ
 住 所：〒761-8081 高松市成合町 1491-1
 T E L：087-815-7770 FAX：087-815-7771
 E-mail：tanpopo.1@eos.ocn.ne.jp
 H P：http://tanpopo1.com/index.html

今年こそはと新たな意気込みで過ごした4月の緊張感を経て、5月の連休を迎え、それが過ぎると新しい年度の新たな課題に追われ、心身の疲れが体の不調となって表れてきやすいのが6月ではないでしょうか。それに加え、じめじめとした梅雨を迎え、日光浴の時間は少なくなり、運動の機会も少なくなる時期でもあります。

たんぽぽでは、梅雨の時期を利用してストレッチ体操や室内ウォーキングを極力取り入れるようにしています。ご家庭でも雨の日などを利用して、ぜひ取り組んでみてはいかがでしょうか。今月号は、まんのう公園での様子を紹介します。



日	曜	行 事
1	日	
2	月	
3	火	
4	水	うどん（営業） / ナイスハートふれあいスポーツ広場
5	木	
6	金	フライングディスク大会
7	土	
8	日	
9	月	ヒューマンネット/レク体操①
10	火	
11	水	うどん（営業）
12	木	誕生日会
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	ヒューマンネット/機能訓練①
17	火	
18	水	うどん（営業）/ 嘱託医訪問
19	木	アートリンク
20	金	
21	土	
22	日	
23	月	レク体操②
24	火	
25	水	うどん（営業）
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	機能訓練②

先月の掲示物



🌸 6月の誕生日おめでとう 🌸

♪ 美味しい給食紹介 ♪



フークプラザ「たんぽぽ」の給食は、健康的な食べ物になるよう栄養士が適切にカロリー計算をし、さらに、利用者の個人差を配慮した美味しく食べやすいものが毎日一日 250 円で提供されています。