

元気が出る

令和8年

はなまる7月カレンダー

お名前 _____

作成 千葉県立幕張総合高校看護科×あんしんケアセンター真砂

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 サマーソングを歌おう	2 夏野菜を食べよう	3 緑を感じよう	4 ため息なしDay
5 5人に挨拶しよう	6 お寺を参拝しよう	7 願い事をしよう	8 葉物を食べよう	9 感動系映画を見よう	10 納豆を食べよう	11 水分を1Lとろう
12 胃にやさしい物を食べよう	13 一汁三菜の食事を摂ろう	14 人のいいところをみつけよう	15 今日の良いことを誰かに話そう	16 虫の絵を描こう	17 明日の予定を考えてみよう	18 ラジオ体操をしよう
19 問題です! 19 + 7 = ? かいてあげよう → 答え	20 海の日 海鮮を食べよう	21 花の写真を撮ろう	22 星を眺めよう	23 爪を切ろう	24 そうめんを食べよう	25  にこにこ笑顔ですごそう
26 怪談話をしよう	27 スイカを食べよう	28 たまご料理を食べよう	29 ひまわりを探しに行こう	30 3000歩あるこう	31 昨日の夜2時は何でしたか?	1
2	3	4	5	<div data-bbox="1153 1348 2116 1572" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>あんしんケアセンター真砂（美浜区真砂 4-1-10 ショッピングセンターピア3階） あんしんケアセンターは、高齢者の皆さんの身近な相談窓口として千葉市から依頼を受けた公的な機関です。「介護保険はどうしたら使えるの?」「家族の介護で困っている」など高齢者に関する悩みや相談に対応します。 【担当地域】中瀬1丁目・ひび野1丁目・真砂・若葉 【電話】043-278-0111</p> </div>		