

# オリーブの木便り 11月号

発行者：地域活動支援センター オリーブの木  
〒772-0011 徳島県鳴門市撫養町大桑島字北の浜 53  
TEL (088) 685-5524・FAX (088) 685-5497

## ボーリング・カラオケの

日時 11月16日(水)12時オリーブ出発

場所 ぽっぷジョイ石井

参加費 ボーリング代・カラオケ代・靴代 **無料**

(※手帳をお持ちの方は必ず持参してください。)

利用時間 13時～15時 (2時間)

申込期限 11月11日(金)

・当日の午前中は作業がありますので、30分間作業をすればお弁当は注文可能です。

・作業をされない方は、昼食を済ませて11時半までに集合してください。

・11時から昼休憩にする予定です。

・カラオケは飲食物持ち込み可能ですので、必要であれば各自ご用意ください。

・ボーリングかカラオケか、どちらか一方に申し込んでください。  
(両方参加する事はできません。)

皆さん、一緒に汗を流して楽しみましょう♪♪

# インフルエンザの季節です

インフルエンザウイルスを防ぐポイントは、ウイルスを体内に入れないようにこまめな手洗い・うがい、予防接種、室内の湿度を50～60%に保つなど、色々あります。インフルエンザに感染しにくい環境、体力を養うためにバランスのよい食事や適切な運動をこころがけ、休養および睡眠を十分にとってくださいね。

## 2016 11月 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 文化の日	4	5 ボードゲーム
6 閉所日	7	8	9	10 ソフトバレ ー 練習	11	12
13 閉所日	14	15	16 ★外出レク	17	18	19 ソフトバレ ー 交流試合 ★パソコン 教室
20 閉所日	21	22	23 勤労感謝 の日	24	25	26
27 閉所日	28	29	30	★は予約が必要です お問い合わせ 088-685-5524		

### 投稿作品募集のお知らせ

♪俳句・詩・日常のつぶやきや絵や写真も投稿できます。気軽に応募してください。ペンネームでの投稿も大丈夫です。くわしくは職員まで！！

♪メールでの投稿も受け付けています！！メールの宛先は [olivenoki@ca.pikara.ne.jp](mailto:olivenoki@ca.pikara.ne.jp) です。

件名に「投稿作品」と書いて送信してください。名前かペンネームも忘れずに書いておいてください。