

西区

サロン&立ち寄り処 カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 7 シャラナム 14:00~16:00	7 社 60歳からの カラダの つくりかた サークル ①13:30~ ②15:00~	8	9	10
11	12	13	14	15	16 5 川口ほっこり サロン 13:30~14:30	17
18	19	20	21 社 60歳からの カラダの つくりかた サークル ①13:30~ ②15:00~	22	23	24
25	26	27	28	29 昭和の日	30	

生活支援コーディネーターだより

こんにちは！
生活支援コーディネーターの石井です。
気候が良くなってきましたね
運動不足の解消に、外出したときはいつもよりちょっと遠回りして歩いてみませんか？
身近なところにも新たな発見があるかもしれません

ぜひ、サロン&立ち寄り処に掲載しているサロンや体操にも参加してくださいね。
どのサロンも感染症対策を万全にしてみなさまの参加をお待ちしています！
掲載している情報は、生活支援コーディネーターが把握している情報です。
発行後、変更がある場合もありますので、詳しくはお問い合わせください。