



日	月	火	水	木	金	土
<p>にこにこ多世代 サロンカフェ 9:30~10:30 詳細はHP・SNS・ 掲示物をご確認 ください。</p>	<p>1 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p> <p>大人のドリル配布日</p>	<p>2 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>3 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</p>	<p>4 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・ふれあいの里文化祭 意見交換会つどいの場 10:00~11:00</p>	<p>5 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>6 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>
<p>7 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p> <p>「健康相談」は当日 時間内にお越しください</p>	<p>8 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで奏でるハンドベル③ 9:30~11:30 ・嘱託医による健康相談 13:30~14:30</p>	<p>9 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>10 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</p>	<p>11 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>12 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>13 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>
<p>14 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>15 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・にこにこ多世代サロン カフェ 9:30~10:30 大人のドリル配布日</p>	<p>16 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>17 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 ・水防訓練 13:00~13:30</p>	<p>18 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>19 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>20 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>
<p>21 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p> <p>「健康相談」は当日 時間内にお越しください</p>	<p>22 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで奏でるハンドベル④ 9:30~11:30 ・嘱託医による健康相談 13:30~14:30</p>	<p>23 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・ふれあい筋力アップ 体操 10:15~11:00</p>	<p>24 ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 ・介護予防普及事業 申込 谷塚西部地域包括支援センター 14:00~15:30</p>	<p>25 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>26 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>27 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>
<p>28 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p> <p>・地域食堂ぽっかぽか 12:00~ 申込</p>	<p>29 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p> <p>大人のドリル配布日</p>	<p>30 ・ラジオ体操 8:45~8:55</p>	<p>申込</p> <p>地域食堂ぽっかぽか 料金 400円 問い合わせ Tel. 048-920-6222 詳細はHP・SNS・掲示物 にてご確認ください。</p> <p>申込</p> <p>介護予防普及事業 谷塚西部地域包括支援 センターへ Tel. 929-0014</p> <p>「ラジオ体操」・「大人のドリル」 「みんなで楽しく頭の体操」 「にこにこ多世代サロンカフェ」 「ふれあい筋力アップ体操」は 自由参加です </p>			