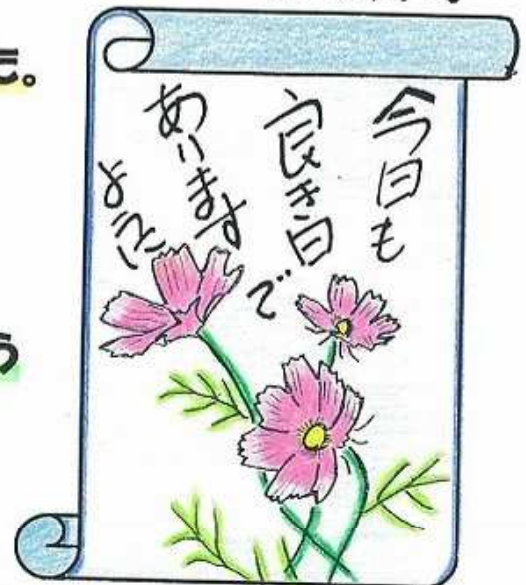


高清水・寺野だより

11月号

紅葉の季節を迎え、落ち葉が散る頃となりました。
朝夕、めっきり寒くなってきて冬が駆け足で、
近づいてきました。

季節の変わり目で風邪をひいている人も多いよう
です。皆さん体調管理に気をつけて下さいね。



日	月	火	水	木	金	土
				13:30① ~15:30 お茶っこ	②	③
④	13:30⑤ ~14:30 健康相談	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰
⑱	⑲	13:30⑳ ~15:00 楽しく体操	㉑	㉒	㉓	㉔
㉕	㉖	㉗	13:30 ㉘ ~14:30 健康相談	㉙	㉚	

ラジオ体操も10:00からしてます。毎日の健康のために
一緒にしましょう。