

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
	振替休日			熊谷さん・川上さんのストレッチ 9:00～10:00		
8	9	10	11	12	13	14
				びんころ体操 13:30～15:00		
15	16	17	18	19	20	21
			熊谷さん・川上さんのストレッチ 9:00～10:00	びんころ体操 13:30～15:00		
22	23	24	25	26	27	28
	健康相談 11:00～12:00			びんころ体操 13:30～15:00	ふれあいサロン 13:00～15:00	
29	30	31	1月号 和野支援員だよ			
						



明けましておめでとうございます

本年もよろしくお願いいたします 支援員一同

年末年始長期のお出掛けの際は、水道管・給湯器の凍結防止やガスの元栓を閉めるなど対策を忘れずに行ないましょう

お知らせ…12月29日(木)～1月3日(火)まで集会所及び支援員は休みとなります。ただし、イベントがある場合は開放いたします。

