

日	月	火	水	木	金	土
和野支援員だよ!			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
			健康相談 11:00~12:00	演奏会 (奥州市興性寺) 14:30~		
12	13	14	15	16	17	18
	楽しく体操 13:30~15:00		熊谷さん・ 川上さんの ストレッチ 9:00~10:00	ぴんころ体操 13:30~15:00	お茶っこと足湯 (神戸大学) 14:00~16:00	
19	20	21	22	23	24	25
	春分の日		健康相談 11:00~12:00		ふれあいサロン 13:00~15:00	
26	27	28	29	30	31	
				熊谷さん・ 川上さんの ストレッチ 9:00~10:00		3月号

風が強く吹く季節になりました。
網戸や風除室の戸が飛ばされないように注意しましょう。
また、仮設の周りに飛びやすい物を置かないようにして下さい。

ゴミの出し方・分け方をもう一度確認し、きちんと分別して出しましょう。
また、退去予定の方は前もって計画的に出すようお願いいたします。



私達支援員は、3月末日をもち任期満了となります。皆様、身体に気をつけてお過ごし下さい。長い間、ありがとうございました。支援員一同