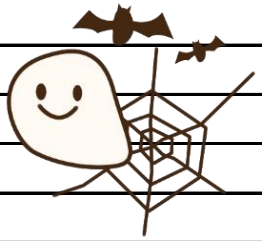
地域活動支援センター便り

１０月予定表　　2026/10月

日	曜日	予定　AM	予定　PM	備考
1	木		ボイトレ	介護等体験②
2	金		音楽教室	↓
3	土			
4	日			
5	月			介護等体験③
6	火			↓
7	水			↓
8	木		ダンス教室	↓
9	金			↓
10	土			土曜交流
11	日			
12	月	スポーツの日		
13	火			スタッフ会
14	水			
15	木		ボイトレ	
16	金		音楽教室	
17	土			
18	日			
19	月			
20	火			
21	水			
22	木		お話し会	
23	金			
24	土			ふくしフェスタ・土曜交流
25	日			
26	月			
27	火			運営会
28	水			
29	木			
30	金			
31	土			

日頃から体調管理のための体温測定・うがい、石鹸での手洗い、手指消毒、の習慣をお願いします。マスクの着用については、各家庭の判断でお願いします。

休日も１日1回は散歩に出かける等、身体を動かしましょう。　　2026年9月16日

作成　吉見