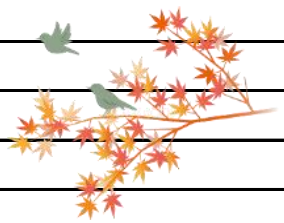
# 地域活動支援センター便り

## 11月予定表　　2026/11月

| 日 | 曜日 | 予定　AM | 予定　PM | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 日 | | | |
| 2 | 月 |  | | |
| 3 | 火 | | | |
| 4 | 水 | | | |
| 5 | 木 | | ボイトレ | |
| 6 | 金 | | 音楽教室 | |
| 7 | 土 | | | 産業大博覧会 |
| 8 | 日 | | | |
| 9 | 月 | 折り紙教室 | | |
| 10 | 火 | | | スタッフ会 |
| 11 | 水 | | | |
| 12 | 木 | | ダンス教室 | |
| 13 | 金 | | | |
| 14 | 土 | | | 土曜交流・理事会 |
| 15 | 日 |  | | |
| 16 | 月 | | | |
| 17 | 火 | | | |
| 18 | 水 | | | |
| 19 | 木 | | ボイトレ | |
| 20 | 金 | | 音楽教室 | |
| 21 | 土 | | | |
| 22 | 日 | | | |
| 23 | 月 | | | |
| 24 | 火 | | | 運営会 |
| 25 | 水 | | | |
| 26 | 木 | | お話し会 | |
| 27 | 金 | | | |
| 28 | 土 | | | 土曜交流 |
| 29 | 日 | | | |
| 30 | 月 | | | |
| | | | | |

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10月19日

**作成　夛田智美**