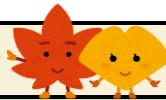
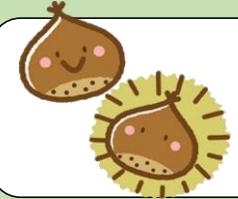


ぽれぽれ だより



2024年9月20日発行 発行者：地域活動支援センターぽれぽれ
横浜市南区永田南1-5-3 TEL (045) 711-0067 FAX (045) 308-7235

10月号



9/9(月)理学療法士 佐藤先生の楽しい健康体操&健康相談



ストレッチ体操



転倒防止体操



行事予定 2024年10月（予定が変更になる場合もあります）

日	曜日	予定
1	火	
2	水	
3	木	おおおかがわ セいそう 大岡川清掃
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	こうちん 工賃 給料
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	
17	木	おおおかがわ セいそう 大岡川清掃
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	はんぱい ひ はぐはぐ販売日
24	木	さくらゆ はんぱいひ 桜樹販売日
25	金	
26	土	ささ まつ しゅっさんひ 支えあい祭り 出勤日
27	日	
28	月	ささ まつ だいきゅう 支えあい祭り 代休
29	火	
30	水	おおおかがわせいそう 大岡川清掃
31	木	ハロウィンお楽しみランチ



10月より大岡川清掃始まります。
10/4けんこう講座、都合により中止になりました。
11/1(金)～スタートです！