



福祉ネット松塚

行 事 名	日 時	場 所
グラウンド・ゴルフ教室 用具は用意していますので、お気軽に 参加してください。(雨天中止) * 一緒にプレーされる方を募集しています。 誰にでもできる簡単なスポーツです。一緒に身体を動かしてみませんか？ 	10月 1日 (土) 10月 8日 (土) 9:00 ~ 11:00	広 場 募集
元気アップ体操 (旧ソフト元気アップ体操) 元気アップメイトさんによる 椅子に座って脳トレなど簡単な体操です。 ⑨密を避けるために 第一・第三月曜日(第1~第4自治会)と第二・第四 月曜日(第5~第10自治会)の2組に分けます。 	10月 3日 (月) 10月 17日 (月) 第1~第4自治会 ----- 10月 24日 (月) 10月10日は、休みです 第5~第10自治会 ----- 13:30 ~ 14:30	参加日 にご注 意下さ 集会室
喫茶『松の実』 コーヒー・紅茶(ミルク・レモン)・100円  	休 止	別館 (集会所)
ふれあい喫茶 第3水曜日 <<参加費 100円>> 		集会室

⑨ 参加の際には、マスク着用等の感染対策をお願いします！