

回 覧

# 母谷あいあい サロン

2021

10月9日(土) 13:30～約1時間  
母谷公会堂にて  
参加費 無料(お茶は用意します)

休憩

軽い  
ストレッチ

軽い体操

コロナ感染予防のため、事前の体温測定、体調の聞き取り等感染防止対策を行います。ご協力おねがいします。

マスクの着用をお願いします



みんなで、楽しい時間を過ごしましょう。

軽い体操

10月23日(土) 13:30～約1時間  
皆さん一緒に体を動かしましょう。

近所の方をお誘い合わせのうえ  
おいで下さい。

毎月 第二土曜日、第四土曜日

まってまーす



連絡先・大智安正724-2258 釘目清季724-2785 釘目和子724-2782