



あがたろう

こんにちは！地区生活支援員の三澤です。
いつの間にか蝉の声がコオロギの声に変わり、
季節はどんどん秋に近づいてきました。
実りの秋、食欲の秋ですね。スポーツの秋
でもありますね。体を動かして、美味しい
ものを食べて秋を満喫しましょう！！

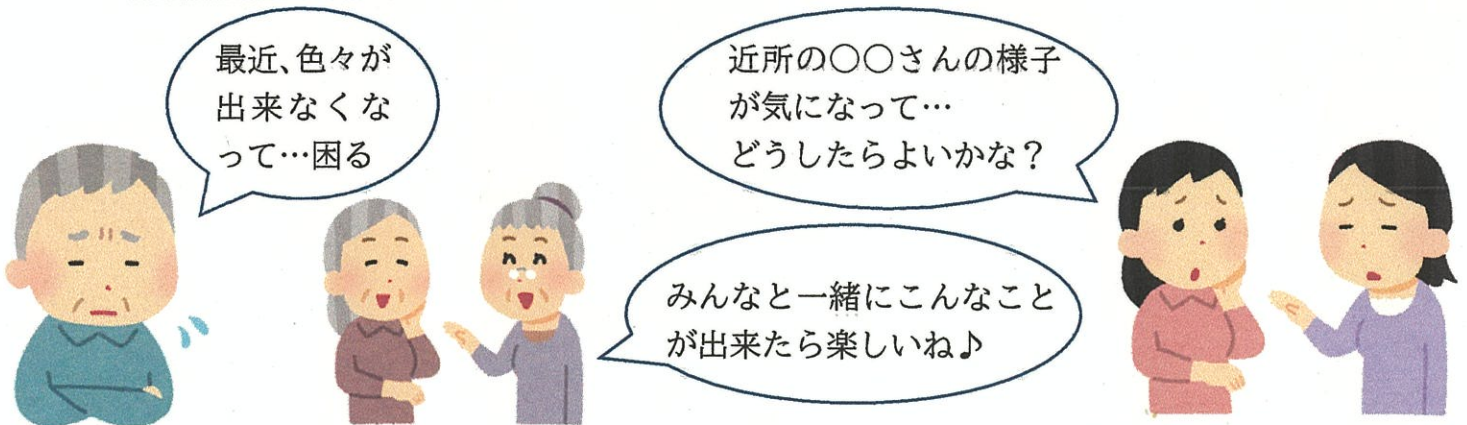


コロちゃん

第4水曜日にひろばに在所しています。



ちょっとした相談事やご近所の気になる情報など話をしたいことがあっても無くても、地域の方と色々お話が出来たらいいなと思っています。気軽にお越しください。



午前、エルダーシステムを使って体操したり、雑談したり・・・

午後は、12月までリハビリトレーナーの先生の体操教室(14:30～15:30)

水分&汗拭きタオルは、各自持参してください。