



# Copain Schedule

# 10

## 2020



日	月	火	水	木	金	土
				1 14:00 ラジオ体操	2 14:00 ラジオ体操	3
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #fff9c4;"> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold; color: #e67e22;">おしらせ</p> <p style="color: #e67e22; font-weight: bold;">自力整体、ガーデニング、 肩こり・腰痛予防体操 再開します！</p> </div>						
4	5	6 14:00 ラジオ体操	7 14:00 ラジオ体操	8 14:00 ラジオ体操	9 14:00 ラジオ体操	10
11	12	13 14:00 ラジオ体操	14 14:00 ラジオ体操	15 14:00 ラジオ体操	16 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング 	17 14:00 自力整体 
18	19	20 14:00 ラジオ体操	21 14:00 ラジオ体操	22 14:00 ラジオ体操	23 14:00 ラジオ体操	24
25	26	27 14:00 ラジオ体操	28 14:00 ラジオ体操	29 14:00 肩こり・腰痛 予防体操 	30 14:00 ラジオ体操	31 事務整理日

- ・来所の際は、マスクの着用をお願いします。・食事と喫煙は、ご遠慮ください。
- ・3密対策として、時間や人数など、利用の制限をさせていただいています。（※1日1回のみ、最大2時間まで）
- ・体調のすぐれない場合、来所はご遠慮ください。発熱等により、利用をお断りさせていただくことがあります。

OPEN 火・水・木・金・土 曜日 **13:00~17:00**  
 ※ 電話相談 **11:00~17:00**

地域活動支援センターコパン  
 〒125-0051 東京都葛飾区新宿 3-9-11

：休館日（日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日）

Tel **03-6410-6149**