



Copain Schedule

2 2021



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 14:00 ラジオ体操	3 14:00 ラジオ体操	4 14:00 ラジオ体操	5 14:00 ラジオ体操	6
7	8	9 14:00 ラジオ体操	10 14:00 肩こり・腰痛 予防体操 	11 建国記念の日	12 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング 	13
14	15	16 14:00 ラジオ体操	17 14:00 ラジオ体操	18 14:00 ラジオ体操	19 事務整理日 (研修のため)	20 14:00 自力整体 
21	22	23 天皇誕生日	24 14:00 ラジオ体操	25 14:00 ラジオ体操	26 14:00 ラジオ体操	27 事務整理日
28	<h3>参加者募集中!</h3> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>10 (水) 肩こり・腰痛 予防体操</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>12 (金) ガーデニング</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>20 (土) 自力整体</p> </div> </div>					

- ・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**