



Copain Schedule

3

2022



日	月	火	水	木	金	土
		1 14:00 ラジオ体操	2 14:00 ラジオ体操 14:30 ひな人形作り	3 14:00 ラジオ体操	4 14:00 創作サークル	5 14:00 ラジオ体操
6	7	8 14:00 ラジオ体操	9 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	10 14:00 ラジオ体操	11 14:00 You Tube で ストレッチ	12 14:00 からだスッキリ 体操 
13	14	15 14:00 ラジオ体操	16 13:30 利用者 ミーティング 14:00 ラジオ体操	17 14:00 ラジオ体操	18 14:00 You Tube で ストレッチ 14:30 ガーデニング 	19 祝日振替日
20	21 春分の日	22 14:00 ラジオ体操	23 14:00 ラジオ体操	24 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	25 14:00 You Tube で ストレッチ	26 事務整理日
27	28	29 14:00 ラジオ体操	30 14:00 ラジオ体操	31 14:00 ラジオ体操	参加者募集中! 2(水) ひな人形作り 4(金) 創作サークル 12(土) からだスッキリ体操 16(水) 利用者ミーティング 9(水) 24(木) 卓球	

- ・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**

：休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)

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

Tel **03-6410-6149**