



Copain Schedule
11
2022

注目! 外出プログラム
12月開催決定!!
詳細は、コパンの掲示
及びホームページを
ご覧ください

日	月	火	水	木	金	土
		1 14:00 ラジオ体操	2 14:00 ラジオ体操	3 文化の日	4 13:30 利用者 ミーティング 14:00 ストレッチ	5 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 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 ガーデニング 新しい苗 を植えます	10 14:00 ラジオ体操	11 14:00 ストレッチ	12 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球
13	14	15 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック 	16 14:00 ラジオ体操	17 14:00 ラジオ体操	18 14:00 創作サークル 年賀状を 制作します 	19 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操
20	21	22 14:00 ラジオ体操	23 勤労感謝の日	24 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会 	25 14:00 ストレッチ 14:30 散歩 古録天神社 まで散歩 (雨天中止)	26 事務整理日
27	28	29 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球 	30 14:00 ラジオ体操	参加者募集中! 11/18 (金) 創作サークル 年賀状を 制作します		11/9 (水) ガーデニング 新しい苗を 植えます

- ・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。
- ・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