




Copain Schedule

3
2023



日	月	火	水	木	金	土
			1 14:00 ラジオ体操	2 14:00 ラジオ体操	3 13:30 利用者ミテイング 14:00 ストレッチ	4 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操
<p>参加者募集中!</p> <p>3/17 (金)</p> <p>創作サークル</p>						
5	6	7 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング 	8 14:00 ラジオ体操	9 14:00 ラジオ体操	10 14:00 ストレッチ	11 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
12	13	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 DVD鑑賞会 	17 14:00 創作サークル 	18 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操
19	20	21 春分の日	22 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球 	23 14:00 ラジオ体操	24 14:00 ストレッチ	25 事務整理日
26	27	28 14:00 ラジオ体操 14:30 散歩 お花見に行きます 	29 14:00 ラジオ体操	30 14:00 ラジオ体操	31 14:00 ストレッチ	<p>参加者募集中!</p> <p>3/28 (火)</p> <p>散歩</p> <p>お花見に行きます</p>

- ・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**