



Copain Schedule

9 2023



日	月	火	水	木	金	土	
参加者募集中! 9/2 (土) 自力整体		9/15 (金) 創作サークル		創作サークル 創作うちわを作ります。 オリジナルの うちわを作しましょう		1 14:00 ストレッチ 14:30 アイロンビーズ	2 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 自力整体 14:30 UNO 大会
3	4	13:30 利用者ミーティング 14:00 ラジオ体操	11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 レジン制作 (アクセサリ パーツを作ります)	7 14:00 ラジオ体操	8 14:00 ストレッチ	9 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	
10	11	14:00 ラジオ体操	11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操	14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング (植えている花を 取り除きます)	15 14:00 創作サークル	16 祝日振替日	
17	18 敬老の日	14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ	11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操	14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会	22 14:00 ストレッチ	23 秋分の日	
24	25	14:00 ラジオ体操 14:30 ウォーキング (コパン周辺を 15分程歩きます)	11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	28 14:00 ラジオ体操	29 14:00 ストレッチ 	30 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。
- ・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 **11:00~17:00**

※ 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**