



9月の行事予定

ポイント手帳を持って来てね!
(70歳以上の方)

ストレッチから全身運動
まで、楽しみながら続け
られる体操習慣を!!

体操できる服装でおいで
ください。
飲物は用意しております。
参加費：300円

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	楽しんで カラオケ (夢つばき) 15時～17時		パソコンクラブ 10時～12時	GO郷市場 9時～14時 井戸端サロン Coffee&菓子 10時～15時	健康マージャン 13時半～16時半	
9	10	11	12	13	14	15
	楽しんで カラオケ (夢つばき) 15時～17時	健康体操 (松宗集会所) 13時半～15時	小学生の宿題 17時半～19時	GO郷市場 9時～14時 井戸端サロン Coffee&菓子 10時～15時 定例会議		
16	17	18	19	20	21	22
	敬老の日		パソコンクラブ 10時～12時	GO郷市場 9時～14時 井戸端サロン Coffee&菓子 10時～15時	健康マージャン 13時半～16時半	
23	24	25	26	27	28	29
	秋分の日	健康体操 (松宗集会所) 13時半～15時	松宗いきいきサロン 小学生の宿題 17時半～19時	GO郷市場 9時～14時 井戸端サロン Coffee&菓子 10時～15時	どんぶり会 17時～	

みんなのたまり場

◇健康マージャン
コーヒー付 300円/回
初心者の方も歓迎

◇小学生の宿題
300円/1時間半
集中力UP!!

◇楽しんでカラオケ
コーヒー500円
2時間カラオケ無料
カラオケ夢つばき(伊藤宅)

◇井戸端サロン
Coffee&菓子 300円
わいわいがやがや
話しましょう

◇パソコンクラブ
300円/2時間
初心者からでも
どうぞ

大型ごみの搬送の
お手伝いをします。

- 1.軽トラックで広島市の大型
ごみ廃棄場所に搬送します。
- 2.家電リサイクル法対象機
器は取り扱いません。
- 3.料金は広島市大型ゴミ収
集運搬料金表を参考としま
す。(金額は別途ご相談)
- 4.運搬日は調整します。

☎ 080-7818-9844

伴東7-1-36

代表 下田 彰