



いきいきシニア・小国
「縁側サロン」



11月行事予定

- 5 日(水)身体を動かして楽しく筋トレ
12 日(水)お休み
14 日(金)親睦旅行
19 日(水)お片づけ講座
26 日(水)せらにし小学校 3 年生との交流会・
人形劇「おむすび座」

時 間: 13 時 30 分～15 時

会 場: 小国自治センター大研修室

毎回、百歳体操をやっています！

～一緒に楽しい時間をすごしませんか？

新規会員募集中

お問い合わせ先 37-1005(小国自治センター)



* 感染対策をしっかりと来てね