



さざなみ 通信



令和3年 7月

暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。
熱中症対策として、体温調整・水分補給など、十分に注意しながら、
夏に負けない！ 元気な体づくりをしましょう。

※7月中は、午前中の開催となります。

予 定 表

1日	木	さざなみ	午前	10:00~12:00	体操教室
8日	木	さざなみ	午前	10:00~12:00	体操教室
15日	木	さざなみ	午前	10:00~12:00	体操教室
29日	木	さざなみ	午前	10:00~12:00	体操教室

場 所

- 地域交流拠点「さざなみ」※鶴見診療所医師住宅（診療所裏側）

開 催 日

- 毎週木曜日 10時00分～

☆耳寄り情報☆ 火曜日は、入口に旗が立っていたら、開放日です！
お茶を飲みながら、ゆっくりと過ごしませんか？

利 用 料

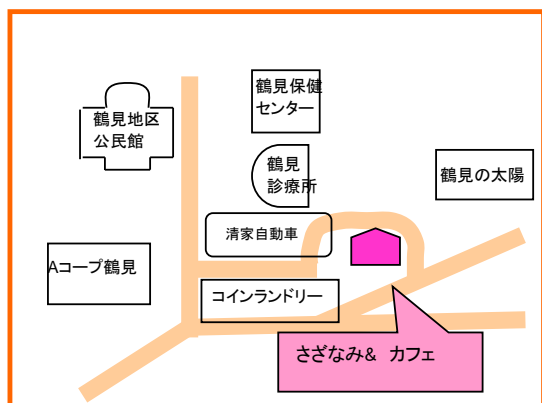
- 300円 ※カレーの日は500円です。（現在実施しておりません）

持 ち 物

- 動きやすい服装・タオル・飲み物・マスク**（各自でご準備ください）

※ 発熱や咳などの風邪症状や体調不良の場合は、利用をお控えください。

※送迎をご希望の場合は、ご相談下さい。



【お問合せ先】

生活支援ボランティア「鶴鶴クラブ」

☎ 080-8372-3436

鶴見地区社会福祉協議会 事務局

☎ 33-7003