



# さざなみ 通信



令和4年 3月

厳しい寒さは残るものの・・・待ちに待った春がやってまいりました。  
 さざなみでは、交流拠点を開所し体操教室を開催します。心身の健康を保つためには、人との交流も大切です。仲間と一緒に、めじろん体操で元気な体づくりを目指しましょう。（※十分に感染症対策を取りながら行います。ご協力をお願いします）

予 定 表						
3	木	さざなみ	午前	10:00~12:00		体操教室
10	木	さざなみ	午前	10:00~12:00		体操教室
17	木	さざなみ	午前	10:00~12:00		体操教室
24	木	さざなみ	午前	10:00~12:00		体操教室
31	木	お休み				

## 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

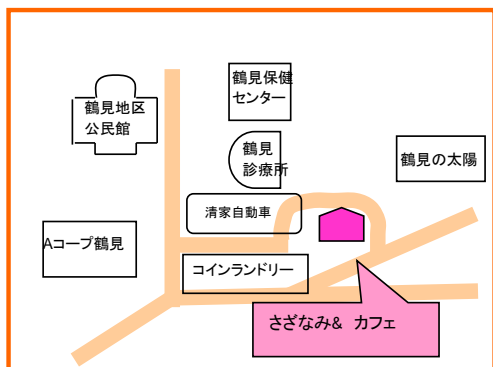
- 300円 ※カレーの日は500円です。（現在実施しておりません）

## 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