

さざなみ 通信

令和4年 11月



ひだまりが恋しい季節となりましたね。さざなみへむかう途中、どこからともなく漂ってくるキンモクセイの甘い香りが。。。季節の移りかわりを感じ、ふと心が癒やされまいました。植物の甘い香りは、リラックス効果もあるとのこと、つい私も笑顔になってしまいました。今月も、さざなみで、元気な体づくりをしながら、これからの寒さに負けない体力づくり目指しましょう。

予 定 表

3	木	文化の日 休み			
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	手芸活動
24	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？

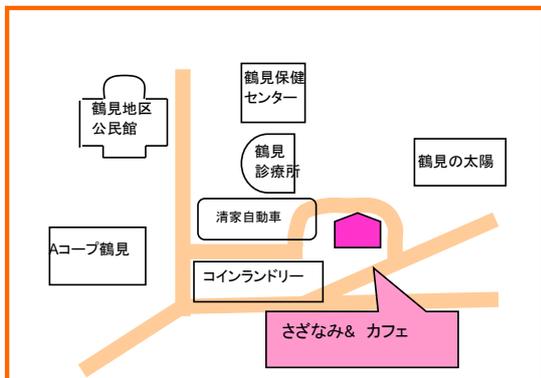
利 用 料

- 300円 ※カレーの日は500円です。（しばらくお休みとなります）

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、 相談下さい。

【お問合せ先】

鶴見地区社会福祉協議会 事務局
 鶴見支部 事務所内

☎ 0972-33-7003