



通信

第10号

青空ラジオ体操 1周年!!



昨年の10月から始まった「青空ラジオ体操」
1年間、毎日元気よく健康に過ごせました！
これからも続けていきましょう♪



緑の芝生の上で体操！
気持ちいいわよ〜♪



青空の下で
ラジオ体操しませんか？

とき：毎週土曜日

午前10時より

ところ：沖運動公園

いっしょにいい汗流しましょう！ご参加おまちしていま〜す(^.^)♪

いきいきスマイルクラブ

毎月第2、第4水曜日の2回、ゲームや
脳トレ体操を楽しんでいます♪



今月の将棋の日は

10/15(日) 午後1時30分～4時

将棋

飲み物をすすれず〜♪
ご参加お待ちしております

“秋を感じる〜”のは？

夕焼けがきれいな時♡赤とんぼを見つけた時…

いやいややっぱり！食欲旺盛になった時！！

アッいつものことか…(≥▽≤)