

土居東支部だより

2024-12月

土居東地域 中村 藤原 小林 津根 野田



お問い合わせ先：生協宇摩診療所
☎ 43-25-0114 (伊藤)

☀ フレッシュ体操

☀ 暑い夏もやっと終わりました。急に寒さが訪れ衣服の入れ替えもいそがれますね。

健康にも気を付けたいですね。

インフルエンザの予防接種も予約していますか？

今年の冬も元気に乗り切りましょう。

公民館でフレッシュ体操をしています。

大画面でインストラクターの動きに合わせて楽しく体操をしています。月1回第3金曜日です
楽しく運動しませんか



☀ お楽しみ旅行の計画をしています

お楽しみ旅行の計画もしています

坊ちゃん劇場で観劇の予定です

来年になりますが、3月くらいはどうかと話し合っています

費用は5000円～7000円くらいになるかと思えます。

考えておいてください。



12・1月のお誘い

スマイル健康マーじゃん

スマイル健康カラオケ

土居福祉センターでしています。

月1回 13時30分～

12月13日カラオケ

12月20日麻雀

