

# たばこミ通信

2022.4.21

たばやまむらコミュニティサロン

## 「ゴールデンウィーク」コミュニティサロンは カレンダー通りでオープンしています。

新型コロナウイルスも次から次へと変異株が現れ、陽性者が高止まりで推移しています。「感染予防を徹底して変異株を寄せ付けない!」そんな気持ちでコミュニティ活動を続けます。引き続きマスク着用でご参加ください。

### 毎週火曜日14時からヨガ・ストレッチ・ダンス教室

火曜日はヨガ・ストレッチ・ダンス教室です。望月美菜子さんが運動不足解消の指導を丁寧に行います。

5月は10日、17日、24日、31日です。午後2時にサロンにお越しください。



### 毎週木曜日10時～16時は談話会 19時～はヨガ教室

10～16時は、元社会福祉協議会ケアマネージャーの酒井智子さんがサロンにいます。そして夜7時からヨガ教室です。岡部絹子さんがヨガで体のメンテナンスの方法を教えてください。健康維持のためにぜひご参加ください。5月は12日、19日、26日が木曜日になります。

### 4月22日(金)19時～ ミュージックカフェ開催!

もと劇団四季の歌姫・ことはさん、丹波が誇るシンガーのっち、国際派 DJ Saharaがお届けする音楽の夕べです。ご来場お待ちしております!



参加申込み・ご質問等は下記まで。お越しの際はマスク着用をお願いします

たばやまむらコミュニティサロン TEL 0428-88-0010

(一社) 田舎のチカラ 石川庸三 090-3210-3432



一般社団法人

田舎のチカラ