



| 日                                    | 月   | 火   | 水   | 木                      | 金  | 土                          |
|--------------------------------------|---|---|---|------------------------|--|----------------------------|
| ①<br>カフェ<br>いしだ<br>さんち<br><br>ハーモニカ  | 2<br>◆会食会<br>福祉センター<br>押立自治会館<br>◇ニット&布ぞうり<br>若葉台iプラザ<br>9:30~14:40 | 3   | 4<br>世界老人給食の日<br>世界中の高齢者配<br>食サービス団体が<br>りんごを使った<br>メニューを提供<br> | 5                      | 6<br>◆会食会<br>城山文化センター                                  | ⑦<br>◇麻雀<br>たまりば<br>13:00~ |
| ⑧<br>リフレッ<br>シュ研修<br>10:00~<br>12:00 | 9<br>◇織り姫たまりば   | 10<br>◇句会たまりば<br>兼題：芒（すすき）                    | 11<br>◇ニットカフェ   | 12<br>◆会食会<br>第三文化センター | 13<br>◇読後会たまりば<br>若葉台iプラザ<br>13:00~                    | ⑭                          |
| ⑮                                    | ⑯<br><br>敬老の日   | 17<br>◆会食会<br>若葉台iプラザイルパ<br>◇読み合わせ<br>(会報みのり) | 18<br>◆会食会<br>第二文化センター  | 19<br>◆会食会<br>城山文化センター | 20<br>◆会食会<br>クッキングクラブ 梨穂<br>◇布ぞうりたまりば<br>若葉台iプラザ 9:30 | ⑰<br>カフェ<br>いしだ<br>さんち     |
| ⑳                                    | ㉑<br>秋分の日<br>上級救命講習会<br>地域振興プラザ<br>9:30~16:00                       | 24<br>★リーダー<br>ミーティング                         | 25<br>◆会食会<br>第三文化センター  | 26<br>◇麻雀たまりば          | 27<br>◇製本たまりば<br>(会報みのり)                               | ㉒                          |
| ㉓                                    | 30<br>◇開けゴマたまりば   |   |   |                        |  |                            |

☆状況によっては予定が変更されます! ☆

＜上級救命講習会開催のお知らせ＞

- ・お申し込みは、みのり事務局まで
- ・事前に稲城市ホームページからWEB講習を受講して下さい
- ・稲城市ホームページ＞いざという時のために  
＞救急について＞応急手当WEB講習…

『カフェいしださんち』が再開されます!

9月読後会 テーマ本  
「60歳からは自分ファーストで生きる」  
草野 かおる 著  
ぴあ

限りある人生、「自分を最優先」にしましょう。  
「自分ファースト宣言」です。

～新鮮な野菜と手作りお総菜～  
◆ 日の出屋 ◆ 弁天通り中程  
〒206-0812 稲城市矢野口1720  
☎ 042-377-7625

合成樹脂販売  
◆ 東和産業有限会社 ◆  
〒142-0063 品川区荏原4-18-3  
☎ 03-3784-0301