



1月 教室・イベントのお知らせ



ふれあいの里 中崎
中崎1丁目2番地22

TEL: 078-913-6200
FAX: 078-913-6200

日	月	火	水	木	金	土
			1 ◆休館日	2 ◆休館日	3 ◆休館日	4 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
5 	6 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(A班) 10:30~11:20	7 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	8 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	9 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	10 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	11 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
12 	13 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(B班) 10:30~11:20	14 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	15 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	16 健康相談 9:30~12:30 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	17 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	18 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
19 	20 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(A班) 10:30~11:20	21 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	22 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	23 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	24 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	25 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
26 ◆休館日	27 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(B班) 10:30~11:20	28 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	29 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20	30 健康相談 9:30~12:30 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	31 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	