

# 3月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 魚住  
魚住町西岡 367-4

TEL: 078-947-1202  
FAX: 078-947-1202

日	月	火	水	木	金	土
 <p>【今月のスペシャルイベント1】 オープン健康チェック(要予約・先着順) 3月16日(日)10:00~12:00 骨密度や血管年齢を測定しますよ!!</p>		<p>【今月のスペシャルイベント2】 折り紙で遊ぼう♪(要予約・先着順) 3月2日(日)10:00~12:00 ふれあいの里スタッフやボランティアの方と一緒に折り紙しませんか!</p>				 <p>1 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>
<p>2 折り紙で遊ぼう! 10:00~11:00 (予約制) ふれあいの里利用者やスタッフが子育て世代の皆様と一緒に折り紙を作りますよ!</p>	<p>3 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>4 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>	<p>5 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20</p>	<p>6 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~</p>	<p>7 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>8 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>
 <p>9</p>	<p>10 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>11 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>	<p>12 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20</p>	<p>13 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~</p>	<p>14 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>15 健康相談 10:00~13:00 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>
<p>16 オープン健康チェック 10:00~12:00 血圧・血管年齢・骨密度など測定します!! 20名 要予約</p>	<p>17 健康体操 ② 9:45~10:30 ③ 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>18 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>	<p>19 健康相談 10:00~13:00 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20</p>	<p>20 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~</p>	<p>21 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>22 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>
<p>23 ◆休館日</p>	<p>24 健康体操 ③ 9:45~10:30 ④ 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>25 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>	<p>26 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20</p>	<p>27 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~</p>	<p>28 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>	<p>29 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~</p>
<p>30</p> 	<p>31 健康体操 ④ 9:45~10:30 ⑤ 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15</p>					