

# 3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22号

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

日	月	火	水	木	金	土
 <p>【今月の健康相談】 3月14日(金)9:30~12:30 3月27日(木)9:30~12:30 看護師・保健師が血圧を測定し、健康に関する相談に応じます。 お気軽にお声掛けください。</p>						<p>1 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>
<p>2  </p>	<p>3 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(A班) 10:30~11:20</p>	<p>4 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>5 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>6 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20</p>	<p>7 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>	<p>8 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>
<p>9  </p>	<p>10 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(B班) 10:30~11:20</p>	<p>11 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>12 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>13 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20</p>	<p>14 健康相談 9:30~12:30 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>	<p>15 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>
<p>16  </p>	<p>17 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(A班) 10:30~11:20</p>	<p>18 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>19 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>20 明石焼き体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20</p>	<p>21 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>	<p>22 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>
<p>23 ◆休館日</p>	<p>24 ラジオ体操 10:00~10:15 ヨガ(B班) 10:30~11:20</p>	<p>25 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>26 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20</p>	<p>27 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</p>	<p>28 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>	<p>29 健康体操 ☆9:30~10:20 ★10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10</p>
<p>30  </p>	<p>31 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20</p>					