

# 3月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 大久保  
大久保町大窪 3423 番地

TEL : 078-936-5048  
FAX : 078-936-5048

日	月	火	水	木	金	土	
		<p><b>【今月の健康相談】</b></p> <p>3月7日(金)9:00~12:00    3月14日(金)9:00~12:00            3月21日(金)9:00~12:00    3月28日(金) 9:00~12:00            専任の看護師・保健師が血圧を測定し健康に関する相談に応じます。</p>			 		<p><b>1</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            ラジオ体操            13:30~13:45</p>
<p><b>2</b></p> 	<p><b>3</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>4</b></p> <p>ヨガ 1階 9:30~10:20            1階 10:30~11:20            健康体操            2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>5</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>6</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            ハレエ体操 13:30~14:30  <b>介護の悩みお聞きします</b>            14:30~15:00(要予約)</p>	<p><b>7</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>健康相談 9:00~12:00</b>            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	<p><b>8</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>びっくり箱 (要予約・先着)</b>            13:30~14:30</p>	
<p><b>9</b></p> 	<p><b>10</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>11</b></p> <p>ヨガ 1階 9:30~10:20            1階 10:30~11:20            健康体操            2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>12</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>13</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20</p>	<p><b>14</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>健康相談 9:00~12:00</b>            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	<p><b>15</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	
<p><b>16</b></p> 	<p><b>17</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>18</b></p> <p>ヨガ 1階 9:30~10:20            1階 10:30~11:20            健康体操            2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>19</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>20</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20</p>	<p><b>21</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>健康相談 9:00~12:00</b>            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	<p><b>22</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	
<p><b>23</b></p> <p>◆休館日</p>	<p><b>24</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>25</b></p> <p>ヨガ 1階 9:30~10:20            1階 10:30~11:20            健康体操            2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>26</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>	<p><b>27</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20</p>	<p><b>28</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>健康相談 9:00~12:00</b>            ラジオ体操            13:30~13:45</p>	<p><b>29</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20  <b>びっくり箱 (要予約・先着)</b>            13:30~14:30</p>	
<p><b>30</b></p> 	<p><b>31</b></p> <p>健康体操            1階 9:30~10:20            1・2階 10:30~11:20            元気アップ体操            13:30~14:15</p>						