

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>【今月の健康相談】</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>1</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>2</p> 	<p>3</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>4</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>5</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>6</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 介護の悩みお聞きします 14:30~15:00(要予約)</p>	<p>7</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 ラジオ体操 13:30~13:45</p>	<p>8</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 びっくり箱 (要予約・先着) 13:30~14:30</p>	
<p>9</p> 	<p>10</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>11</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>12</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>13</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20</p>	<p>14</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 ラジオ体操 13:30~13:45</p>	<p>15</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>16</p> 	<p>17</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>18</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>19</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>20</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20</p>	<p>21</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 ラジオ体操 13:30~13:45</p>	<p>22</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>23</p> <p>◆休館日</p>	<p>24</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>25</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>26</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>27</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20</p>	<p>28</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 ラジオ体操 13:30~13:45</p>	<p>29</p> <p>健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 びっくり箱 (要予約・先着) 13:30~14:30</p>	
<p>30</p> 	<p>31</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>						