

# 4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

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

日	月	火	水	木	金	土
<p>【今月のスペシャルイベント】 「パラスポーツで健康なところからだづくり」 4月8日 13:30~15:00 要予約 3/5~窓口及び TEL・FAX (先着順・30名)</p> <p>「頭と体を使った運動! ラダーに挑戦!!」 4月17日 13:30~14:30 要予約 3/20~窓口及び TEL・FAX (先着順・30名)</p>		<p>1 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>2 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>3 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 バレエ体操 13:30~14:30</p>	<p>4 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>5 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>6 </p>	<p>7 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>8 ヨガ 1階 9:30~10:20 1階 10:30~11:20 健康体操 2階 10:30~11:20 「パラスポーツで健康なところからだづくり」 13:30~15:00 (要予約)</p>	<p>9 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>10 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20</p>	<p>11 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>12 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>13 </p>	<p>14 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>15 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>16 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>17 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 「頭と体を使った運動ラダーに挑戦!」(要予約) 30名 13:30~14:30</p>	<p>18 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>19 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>20 親子交流会 10:00~11:00 ゲームやクイズで楽しく交流しましょう!! 要予約 親子10組 ふれあいの里利用者の方も来てくださいね</p>	<p>21 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>22 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>23 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>24 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20</p>	<p>25 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>26 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>27 ◆休館日 </p>	<p>28 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>29 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>30 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>【今月の子育てイベント】 「親子交流会」 ゲームやクイズで楽しく交流会をします! 要予約 親子10組 ふれあいの里の利用者の方も参加してね!   </p>		