

6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2-22

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

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(A班) 10:30~11:20	3 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 いきいき健康教室 「健康寿命を支える食生活」13:30~14:30 (要予約)20名	4 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	5 健康相談 9:30~12:30 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	6 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	7 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
8 	9 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(B班) 10:30~11:20	10 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	11 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	12 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20 姿勢矯正ヨガ(要予約) 13:30~14:30 20名	13 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	14 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
15 	16 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(A班) 10:30~11:20 「楽しく運動!トリコロキューブ!」 13:30~14:30 要予約 20名	17 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	18 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	19 健康相談 9:30~12:30 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	20 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	21 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
22 ◆休館日	23 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(B班) 10:30~11:20	24 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	25 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20	26 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	27 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	28 健康体操 ①9:30~10:20 ②10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
29 《親子ふれあい教室》 「リコピーさんと遊ぼう」 ~楽器演奏とリトミック~ 10:00~11:00 15組・要予約	30 健康体操 9:30~10:20 健康体操 10:30~11:20	【今月のスペシャルイベント】 《いきいき健康教室》 「健康寿命を支える食生活」 6月3日(火) 13:30~14:30 20名(要予約) 【今月のスペシャルイベント】 《親子ふれあい教室》 リコピーさんと遊ぼう♪ 楽器演奏とリトミック 6月29日(日) 10:00~11:00 15組(要予約) 				