

6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					
1 	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	3 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	4 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	5 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 バレエ体操 (当日先着順) 13:30~14:30 介護の悩みお聞きします 14:30~15:00 (要予約)	6 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	7 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					
8 	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	10 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	11 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	12 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 自分らしく生き続ける為の 準備~人生会議(ACP)をし てみませんか? 13:30~15:00(要予約)	13 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	14 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					
15 みんなで楽しく交流会 10:00~11:00 トレーニングシステム TANO を用いてレクリエー ションなどをする利用者さん 同士の 交流会です 5/1~予約受付 先着 20名	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	17 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	18 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	19 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ココモ体操 第2回 13:30~14:30 (予約済の方のみ参加)	20 健康体操 1階 9:30~10:20 1階 100歳体操(要予約) 10:30~11:20 2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 ラジオ体操 13:30~13:45	21 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					
22 ◆休館日	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	24 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	25 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	26 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 ラジオ体操 14:30~14:45	27 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 輪投げ大会 11:30~12:30 ラジオ体操 13:30~13:45	28 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					
29 	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	6/5(木) バレエ体操 13:30~14:30 当日先着順 40名 介護の悩みお聞きします 14:30~15:00 要予約		6/12(木) 人生会議(ACP)をし てみませんか? 13:30~15:00 5/5~予約受付 先着 20名		6/15(日) みんなで楽しく交流会 10:00~11:00 5/1~予約受付 先着 20名		6/19(木) ココモ体操 第2回 予約済の方のみ 参加できる体操です		6/20(金) 100歳体操 10:30~11:20 5/20~予約受付 先着 40名	