

# 9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・FAX:  
078-913-6200

| 日                                                                                  | 月                                                        | 火                                                                              | 水                                                                          | 木                                                                              | 金                                                                            | 土                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|    | <b>1</b><br>健康体操<br>9:30~10:20<br>ヨガ(A班)<br>10:30~11:20  | <b>2</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10    | <b>3</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20                          | <b>4</b><br>ラジオ体操<br>10:00~10:15<br>健康体操<br>10:30~11:20<br>健康相談<br>9:30~12:30  | <b>5</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10  | <b>6</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10  |
| <b>7</b><br>布おもちゃ<br>で遊ぼう<br>10:00~<br>11:30                                       | <b>8</b><br>健康体操<br>9:30~10:20<br>ヨガ(B班)<br>10:30~11:20  | <b>9</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>オープン健康チェック<br>13:30~15:30 | <b>10</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>練功18法<br>10:00~11:00 | <b>11</b><br>ラジオ体操<br>10:00~10:15<br>健康体操<br>10:30~11:20                       | <b>12</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 | <b>13</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 |
|  | <b>15</b><br>健康体操<br>9:30~10:20<br>ヨガ(A班)<br>10:30~11:20 | <b>16</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10   | <b>17</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>音楽療法<br>13:30~14:30  | <b>18</b><br>ラジオ体操<br>10:00~10:15<br>健康体操<br>10:30~11:20<br>健康相談<br>9:30~12:30 | <b>19</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 | <b>20</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 |
|  | <b>22</b><br>健康体操<br>9:30~10:20<br>ヨガ(B班)<br>10:30~11:20 | <b>23</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10   | <b>24</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20                         | <b>25</b><br>ラジオ体操<br>10:00~10:15<br>健康体操<br>10:30~11:20                       | <b>26</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 | <b>27</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10 |
| <b>28</b><br>◆休館日                                                                  | <b>29</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20       | <b>30</b><br>健康体操<br>★ 9:30~10:20<br>☆ 10:30~11:20<br>元気アップ体操<br>13:30~14:10   | 《今月のイベント》<br><br>布おもちゃで<br>遊ぼう<br>9月7日(日)<br>10:00~11:30<br>予約不要           | 《今月のイベント》<br><br>オープン健康チェック<br>9月9日(火)<br>13:30~15:30<br>25名(要予約)              |                                                                              | 《今月のイベント》<br><br>音楽療法<br>9月17日(水)<br>13:30~14:30<br>20名(要予約)                 |