

9月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 魚住
魚住町西岡 367-4

TEL : 078-947-1202
FAX : 078-947-1202

日	月	火	水	木	金	土
	1 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	2 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	3 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	4 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	5 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	6 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
7 	8 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	9 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	10 健康相談 10:00~13:00 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	11 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	12 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	13 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 びっくり箱(予約制) 13:30~14:30
14 布おもちゃであそぼう 10:00~11:00 対象: 未就学児親子 定員: 30名 予約はいりません	15 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	16 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ACP(第2回目)(予約制) 13:30~15:00	17 健康相談 10:00~13:00 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	18 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ロコモ体操(要予約) 13:30~14:30	19 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	20 健康体操 ② 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
21 	22 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	23 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	24 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	25 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	26 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	27 健康体操 ② 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
28 ◆休館日 	29 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	30 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	【今月のスペシャルイベント】 「びっくり箱」 9月13日(土) 13:30~14:30 (要予約) 先着20名 8/15(金)9:00より受付開始します			

ロコモ体操(4回コース) スタート
9/18・10/16・11/20・12/18(木)
いずれも 13:30~14:30
完全予約制: 4回とも参加できる方
定員20名 8月5日(火)9:00より受付開始