

10月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 二見 TEL: 078-943-4001
二見町西二見 605-1 FAX: 078-943-4001

日	月	火	水	木	金	土
【布おもちゃであそぼう】10月 5日(日) 10:00~11:30 布おもちゃ(的あて・大型おもちゃ等)を使って遊びましょう! 【血圧コントロールの極意】10月16日(木) 13:30~14:30 保健師による血圧に関する講話とストレッチ運動を行います。 			1 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	2 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ラジオ体操 14:00~14:15	3 健康体操 9:50~10:30 A班タオル体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15	4 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45
5 布おもちゃであそぼう 10:00~11:30 	6 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	7 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45	8 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	9 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ラジオ体操 14:00~14:15	10 健康体操 9:50~10:30 B班ヨガ体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15	11 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45
12 	13 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	14 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ヨガ講座Ⅱ期-3 14:00~15:00	15 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	16 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 血圧コントロールの極意 13:30~14:30	17 健康体操 9:50~10:30 A班ヨガ体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15	18 健康相談 9:30~12:30 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45
19 	20 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	21 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45	22 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	23 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ラジオ体操 14:00~14:15	24 健康体操 9:50~10:30 B班タオル体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15	25 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45
26 ◆休館日	27 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	28 健康相談 9:30~12:30 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ヨガ講座Ⅱ期-4 14:00~15:00	29 健康体操 9:50~/10:50~ ラジオ体操 14:00~14:15	30 健康体操 9:50~/10:50~ 元気アップ体操 10:30~10:45 ラジオ体操 14:00~14:15	31 健康体操 9:50~10:30 A班タオル体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15	Boo! 