

12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 9：45～10：30 ②10：45～11：30 元気アップ体操・ラジオ体操 13：30～14：15	2 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～	3 健康体操 10：45～11：30 フレイルチェック会 13：30～15：30 元気アップ体操とラジオ体操 は、お休みです	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 健康相談 10：00～13：00 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～
7 	8 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 元気アップ体操・ラジオ体操 13：30～14：15	9 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～	10 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 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～
14 ゆめっこさんの人形劇 10：00～11：00 対象：未就学児親子 定員：15組（30名） 予約制	15 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 元気アップ体操・ラジオ体操 13：30～14：15	16 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～	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 □□モ体操（要予約） 13：30～14：30	19 いきいき 100 歳体操 10：45～11：30 （予約制） 元気アップ体操・ラジオ体操 13：30～14：15	20 健康体操 ② 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～
21 親子ダンス 10：00～11：00 対象：小学生とその保護者 定員：15組（30名） 予約制	22 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 元気アップ体操・ラジオ体操 13：30～14：15	23 健康体操 ① 9：45～10：30 ②10：45～11：30 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 9：45～10：30 ②10：45～11：30 ラジオ体操 14：00～
28 ◆休館日	29 ◆休館日	30 ◆休館日	31 ◆休館日	今月のイベント  12月3日(水)13:30～15:30 フレイルチェック会(要予約) 11月5日～受付 12/19(金)10:45～11:30 いきいき 100 歳体操(要予約) 11月20日～受付		