

1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
«今月のイベント» 「親子ダンス」1/18(日) 10:00~11:00 小学生とその保護者 里の利用者さんも参加で きます！！	《今月のイベント》 ACP～自分らしく生き続ける ための準備～ 1/20（火）13:30~15:00	《今月のイベント》 口コモ体操 1/15（木）（1回目） 2/12（木）（2回目）3/12（木） (3回目)		1 ◆休館日	2 ◆休館日	3 ◆休館日
4 	5 健康体操 ★ 9:30~10:20 ヨガ（A班） 10:30~11:20	6 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	7 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20	8 ラジオ体操 10:30~10:15 健康体操 10:30~11:20 健康相談 9:30~12:30	9 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	10 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
11 	12 健康体操 ★ 9:30~10:20 ヨガ（B班） 10:30~11:20	13 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	14 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20	15 ラジオ体操 10:30~10:15 健康体操 10:30~11:20 口コモ体操 13:30~14:30	16 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	17 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
18  親子ダンス 10:00~11:00 里の利用者さんもご参加く ださい！みんなで楽しくダ ンスしましょう！！	19 健康体操 ★ 9:30~10:20 ヨガ（A班） 10:30~11:20	20 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 ACP 「自分らしく生き続ける ための準備」 13:30~15:00	21 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20	22 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20 健康相談 9:30~12:30	23 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	24 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
25 ◆休館日	26 健康体操 ★ 9:30~10:20 ヨガ（B班） 10:30~11:20	27 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	28 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20	29 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20	30 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	31 健康体操 ★ 9:30~10:20 ☆ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10