

3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番地の4

TEL：078-947-1202
FAX：078-947-1202

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	3 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～ 	4 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 13:30～14:20	5 健康体操 9:45～10:30 ヨガ（予約制） 10:45～11:30 ラジオ体操 13:50～	6 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	7 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～
8 スマホ教室（要予約） 10:00～11:30 	9 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	10 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 体力測定会（要予約） 13:30～14:30	11 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:20	12 健康体操 9:45～10:30 ヨガ（予約制） 10:45～11:30 ラジオ体操 13:50～	13 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	14 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～
15 	16 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	17 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～	18 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:20	19 健康体操 9:45～10:30 ヨガ（予約制） 10:45～11:30 ヨガ講座（申込者のみ） 13:30～14:30	20 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	21 健康相談 10:00～13:00 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～
22 ◆休館日	23 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	24 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～	25 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:20	26 健康体操 9:45～10:30 ヨガ（予約制） 10:45～11:30 ラジオ体操 13:50～	27 健康体操 10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	28 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～
29 	30 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30～14:15	31 健康体操 ①9:45～10:30 ②10:45～11:30 ラジオ体操 14:00～	【3月のイベント①】 「スマホ教室」 ～スマホの上手な使い方～ 3月8日（日）10:00～11:30 （要予約）先着20名 （2/5 9:00～受付開始）			
				【3月のイベント②】 「体力測定」 3月10日（火）13:30～14:30 （要予約）先着20名 （2/20 9:00～受付開始）		