

# 3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
1 <b>◆休館日</b>	2 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(A班) 10:30~11:20	3 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 <b>手話体験講座</b> <b>13:30~14:30</b>	4 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20	5 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 ★ 10:30~11:20 <b>健康相談</b> 9:30~12:30	6 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 <b>ACP(2回目)</b> <b>「エンディングノートの書き方」</b> 13:30~15:00	7 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
8 	9 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(B班) 10:30~11:20	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 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20	12 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20 <b>口コモ体操</b> <b>13:30~14:30</b>	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 元気アップ体操 13:30~14:10
15 	16 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(A班) 10:30~11:20	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 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 <b>「パラスポーツで健康なこころとからだづくり」</b> 13:30~14:30	19 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 10:30~11:20 <b>健康相談</b> 9:30~12:30	20 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10	21 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10
22 <b>◆休館日</b>	23 健康体操 9:30~10:20 ヨガ(B班) 10:30~11:20	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 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20	26 ラジオ体操 10:00~10:15 健康体操 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 元気アップ体操 13:30~14:10
	30 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20	31 健康体操 ★ 9:30~10:20 ★ 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:10			<p><b>【今月のスペシャルイベント】</b> <b>「パラスポーツで健康なこころとからだづくり」</b> 3月18日(水) 13:30~14:30 <b>ボッチャやモルックで</b> <b>楽しくパラスポーツ体験!!</b></p>	