

3月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 二見
二見町西二見 605-1

TEL : 078-943-4001
FAX : 078-943-4001

日	月	火	水	木	金	土
1 きらきら マジックショー 10:00～11:00 	2 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	3 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	4 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	5 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	6 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	7 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45
8 	9 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	10 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45	11 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	12 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	13 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	14 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45 タンパク質を食べて体を 作ろう 13:30～14:30
15 	16 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	17 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45 ヨガ講座3期-5 14:00～15:00	18 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	19 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	20 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	21 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45
22 ◆休館日	23 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	24 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45	25 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	26 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	27 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	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
29 	30 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	31 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45 ヨガ講座3期-6 14:00～15:00	【きらきらマジックショー】3/1(日)10:00～11:00 マジックを楽しみましょう！ びっくり箱も作るよ♪ 【タンパク質を食べて体を作ろう！】3/14(日)13:30～14:30 いきいき健康教室(脳活塾) 講話としっかり運動 			