



4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
【歌って奏でて健康に！】 【練功18法】 全3回参加できる方 4/7(火) 13:30~14:30 ※先着20名 4/14(火) } ※先着20名 5/12(火) } 13:30~14:30 6/9(火) } 【簡易フレイルチェック会】 4/20(月) 13:30~15:00 ※先着15名 ◎各詳細は窓口・掲示板でご確認下さい◎			1 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20	2 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	3 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	4 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
5 ★親子体操 10:00~11:00(要予約) ※先着10組	6 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 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 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ★歌って奏でて健康に！ 13:30~14:30(要予約)	8 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20	9 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	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 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
12 	13 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 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 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ★練功18法(第1回) 13:30~14:30(要予約)	15 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20	16 健康相談 10:00~13:00 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	17 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 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
19 	20 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ★フレイルチェック会 13:30~15:00(要予約)	21 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	22 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20	23 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~	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 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~
26 ◆休館日	27 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15	28 健康相談 10:00~13:00 健康体操 ① 9:45~10:30 ② 10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~	29 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20	30 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~		