






5月教室・イベントのお知らせ



ふれあいの里
大久保町大窪

大久保
3423

TEL:078-936-5048
FAX:078-936-5048

日	月	火	水	木	金	土	
5/2(土) びっくり箱交流会 13:3~15:00 4/7~受付 先着40名	5/7(木) バレエ体操 13:30~14:30 当日先着順 40名 介護の悩みお聞きします 14:30~15:00	5/10(日) 親子ふれあい教室 「折り紙で何ができるかな?」 10:00~11:30 4/1~受付 先着15組	5/14(木) 「ロコモ予防体操でニコニコ元気に歩ける体づくり!」 先着40名 13:30~14:30 4/2~受付 3回とも出席できる方 5/14.6/11.7/9 (全木曜日)	5/28(木) いきいき健康教室「知っておきたい睡眠のおはなし~睡眠力は健康力~」 13:30~14:30 5/5~受付 先着30名	1 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	2 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 びっくり箱交流会 13:30~15:00	
3 	4 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	5 ヨガ 1階 9:30~10:20 1階 10:30~11:20 健康体操 2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	6 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	7 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 バレエ体操 (当日先着順) 13:30~14:30 介護の悩みお聞きします 14:30~15:00 (要予約)	8 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	9 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ラジオ体操 13:30~13:45	
10 ふれあい親子教室 「折り紙で何ができるかな?」 10:00~11:30 4/1~受付 先着15組 未就学児親子さんが来られます。 一緒に参加ください	11 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	12 ヨガ 1階 9:30~10:20 1階 10:30~11:20 健康体操 2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	13 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	14 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ロコモ体操 (第1回) 13:30~14:30 (予約済みの方のみ参加)	15 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	16 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ラジオ体操 13:30~13:45	
17 	18 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	19 ヨガ 1階 9:30~10:20 1階 10:30~11:20 健康体操 2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	20 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	21 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20	22 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 健康相談 9:00~12:00 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	23 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ラジオ体操 13:30~13:45	
24 ◆休館日 	25 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	26 ヨガ 1階 9:30~10:20 1階 10:30~11:20 健康体操 2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	27 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	28 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 いきいき健康教室「知っておきたい睡眠のおはなし~睡眠力は健康力~」(要予約) 13:30~14:30 先着30名	29 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 スカットボール・輪投げ トリコロキューブ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	30 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 ラジオ体操 13:30~13:45	
31 