



# 6月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里 大久保

TEL: 078-936-5048

大久保町大窪 3423

FAX: 078-936-5048

日	月	火	水	木	金	土	
	<b>1</b> 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 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	<b>2</b> 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	<b>3</b> 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	<b>4</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>バリエ体操 (当日先着順)</b> 13:30~14:30 <b>介護の悩みお聞きします</b> 14:00-15:00 要予約	<b>5</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>健康相談 9:00~12:00</b> スカットボール・輪投げ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	<b>6</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>びっくり箱交流会</b> 13:30~15:00	
<b>7</b> <b>「わらって!わらって!ゆめっこさんの人形劇」</b> 10:00~11:00 要予約	<b>8</b> 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 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	<b>9</b> 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	<b>10</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>楽しく運動!</b> <b>トリコロキューブ</b> 13:30~15:00	<b>11</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>ロコモ予防体操 (第2回)</b> 13:30~14:30 (予約済みの方のみ参加)	<b>12</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>健康相談 9:00~12:00</b> スカットボール・輪投げ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	<b>13</b> 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	
	<b>14</b>	<b>15</b> 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 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	<b>16</b> 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	<b>17</b> 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	<b>18</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>自分らしく生き続けるための準備</b> <b>~人生会議してみませんか~</b> 13:30~15:00	<b>19</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>健康相談 9:00~12:00</b> スカットボール・輪投げ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	<b>20</b> 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
	<b>21</b>	<b>22</b> 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 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	<b>23</b> 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	<b>24</b> 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	<b>25</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20	<b>26</b> 健康体操 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 <b>健康相談 9:00~12:00</b> スカットボール・輪投げ 11:30頃~13:00 ラジオ体操 13:30~13:45	<b>27</b> 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
<b>28</b> <b>◆休館日</b>	<b>29</b> 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 11:30頃~13:00 元気アップ体操 13:30~14:15	<b>30</b> 健康体操 (ヨガ休み) 1階 9:30~10:20 1・2階 10:30~11:20 元気アップ体操 13:30~14:15	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> <p>6/6(土) びっくり箱交流会 13:30~15:00 5/6~受付 先着 40名</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> <p>6/10(水) 楽しく運動! トリコロキューブ 13:30~15:00 5/5~受付 先着 20名</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> <p>6/7 (日) 「わらって!わらって! ゆめっこさんの人形劇」 10:00~11:00 5/1~受付 先着 15組</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> <p>6/18 (木) 自分らしく生き続ける ための準備 ~人生会議してみませんか~ 13:30~15:00 5/20~受付 先着 20名</p> </div> </div>				