12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 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45	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 ラジオ体操 14:00～14:15	4 健康体操 9:50～10:30 ヨガ体操 10:50～11:30 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
6 ふれあい親子教室 ブラックパネル シアターDE Xmas 10:00～11:00	7 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	8 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45 みんなで楽しく交流会 13:30～14:30	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 ラジオ体操 14:00～14:15	11 健康体操 9:50～10:30 タオル体操 10:50～11:30 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
13 	14 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	15 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45	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 ロコモ体操 13:30～14:30	18 健康体操 9:50～10:30 ヨガ体操 10:50～11:30 ラジオ体操 14:00～14:15	19 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
20 	21 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	22 健康体操 9:50～/10:50～ 元気アップ体操 10:30～10:45 いきいき健康教室 高血圧は静かな殺し屋 13:30～14:30	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 ラジオ体操 14:00～14:15	25 健康体操 9:50～10:30 タオル体操 10:50～11:30 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
27 ◆休館日	28 健康体操 9:50～/10:50～ ラジオ体操 14:00～14:15	29 ◆休館日	30 ◆休館日	31 ◆休館日	【ブラックパネルシアターDE Xmas】12月6日(日)10:00～11:00 暗い部屋に浮かび上がるピカピカ光るお話しの世界♪ 【みんなで楽しく交流会】12月8日(火)13:30～14:30 パラスポーツで盛り上がりましょう♪！ 【ロコモ体操】12月17日(木)13:30～14:30 ロコモ体操で転倒予防～健康寿命をのばしましょう～ 【高血圧は静かな殺し屋】12月22日(火)13:30～14:30 その血圧大丈夫ですか？高血圧についてしっかり学びます	