

9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番地の4

TEL: 078-947-1202
FAX: 078-947-1202

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|---|--|--|---|
| 1  | 2 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 3 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ | 4 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20 | 5 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ラジオ体操 13:50~ | 6 健康体操 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 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ |
| 8 ふれあい交流会 10:00~11:30 要予約 抽選 みんなで楽しく交流しましょー!! | 9 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 10 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ | 11 健康体操 10:45~11:30 健康相談 10:00~13:00 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20 | 12 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ココモ体操 13:30~14:30 | 13 健康体操 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 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ |
| 15  | 16 (敬老の日) 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 17 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ | 18 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20 | 19 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 ココモ体操 13:30~14:30 | 20 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 21 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ |
| 22 ◆休館日  | 23 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 24 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ | 25 健康体操 10:45~11:30 健康相談 10:00~13:00 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:20 | 26 健康体操 9:45~10:30 ヨガ(予約制) 10:45~11:30 元気アップ講座 「脳活体操!」 14:00~15:00 | 27 健康体操 10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 | 28 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 ラジオ体操 14:00~ |
| 29  | 30 健康体操 ①9:45~10:30 ②10:45~11:30 元気アップ体操・ラジオ体操 13:30~14:15 |  | 【楽しい交流会♪】 9月8日(日) 10:00~11:30 ふれあいの里魚住の利用者同士楽しいレクリエーションを通して交流を深めましょう! | | 【スペシャルイベント】 9月26日(木) 14:00~15:00 脳活体操: たっぴり身体を動かしながら楽しく脳トレをします! 要予約 9/1から受付先着順 | |

