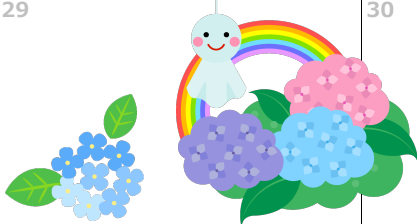
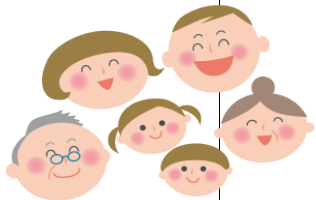





2017年 6月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	29 	30 	31 	1 ○ 10:15-11:15 呼吸ヨガ ○ 10:30-12:00 スマホ① ○ 13:30-15:00 スマホ② ○ 14:00-15:00 世界の唄 ○ 15:00-17:00 町の保健室 ○ 15:30-16:30 太極拳 ○ 15:45-17:30 銘酒に会う	2 ○ 10:15-11:00 脳の活性化 ○ 11:15-12:00 脳の活性化 ○ 13:30-15:30 認知症カフェ ○ 13:30-14:15 バランスカ ○ 14:30-15:15 バランスカ	3 ○ 13:00-15:30 カルトナーズ
4	5 ○ 10:30-11:30 元気にハイ! ○ 14:00-15:00 フラ ○ 14:00-16:00 水彩画	6 ○ 10:15-11:00 膝痛・腰痛予防 ○ 11:15-12:00 膝痛・腰痛予防 ○ 14:00-15:00 英会話	7 ○ 13:15-14:15 セルフストレッチ ○ 13:30-15:00 フォトブック	8 ○ 09:30-12:00 中町内覧会 ○ 10:15-11:15 骨盤調整ヨガ ○ 13:30-14:15 書道(ペン) ○ 14:30-15:30 書道(筆) ○ 15:00-17:00 囲碁 ○ 15:45-16:45 書道(筆)	9 ○ 10:15-11:00 転倒予防 ○ 11:15-12:00 転倒予防 ○ 13:00-15:30 仏像彫刻 ○ 13:30-14:15 骨盤力アップ ○ 14:30-15:15 骨盤力アップ ○ 16:15-17:45 日本史	10 ○ 10:00-12:00 介護者の会 ○ 16:00-18:00 ケアカフェ
11	12 ○ 10:30-11:30 セルフストレッチ ○ 13:00-15:30 カルトナーズ ○ 13:30-14:00 ロコモ① ○ 14:15-15:00 ロコモ②	13 ○ 10:15-11:00 リフレストレッチ ○ 11:15-12:00 リフレストレッチ ○ 15:00-17:00 健康だし料理	14 ○ 11:00-16:00 中町オープンハウス ○ 13:30-14:40 認知症予防 ○ 15:15-16:15 ヴォイトレ	15 ○ 10:15-11:15 呼吸ヨガ ○ 10:30-12:00 スマホ① ○ 13:30-15:00 スマホ② ○ 15:00-17:00 町の保健室 ○ 15:30-16:30 太極拳	16 ○ 10:15-11:00 脳の活性化 ○ 11:15-12:00 脳の活性化 ○ 15:00-18:00 感謝祭	17 ○ 10:30-11:30 元気にハイ! ○ 13:00-15:30 カルトナーズ ○ 14:00-14:45 感謝コンサート
18	19 ○ 10:30-12:00 陶芸① ○ 14:00-15:30 陶芸② ○ 14:00-15:00 フラ	20 ○ 10:15-11:00 膝痛・腰痛予防 ○ 11:15-12:00 膝痛・腰痛予防 ○ 14:00-15:00 英会話	21 ○ 10:30-11:00 ロコモ① ○ 11:15-12:00 ロコモ② ○ 13:15-14:15 セルフストレッチ ○ 14:00-16:00 パステル画	22 ○ 10:15-11:15 骨盤調整ヨガ ○ 13:30-14:15 書道(ペン) ○ 14:00-15:00 世界の唄 ○ 14:30-15:30 書道(筆) ○ 15:45-16:30 書道(ペン)	23 ○ 10:15-11:00 転倒予防 ○ 10:30-11:45 インスタカメラ ○ 11:15-12:00 転倒予防 ○ 13:00-15:30 仏像彫刻 ○ 13:30-14:15 骨盤力アップ ○ 14:30-15:15 骨盤力アップ ○ 16:15-17:45 日本史	24 
25	26 ○ 10:30-11:30 セルフストレッチ ○ 14:00-16:00 水彩画	27 ○ 10:15-11:00 リフレストレッチ ○ 11:15-12:00 リフレストレッチ	28 ○ 13:30-14:40 認知症予防 ○ 15:15-16:15 ヴォイトレ	29 ○ 10:15-11:15 呼吸ヨガ ○ 15:00-17:00 町の保健室	30 ○ 10:15-11:00 脳の活性化 ○ 11:15-12:00 脳の活性化	1 

会員番号	お名前	お電話番号	コンシェルジュ記入欄
			/

ご予約希望クラスの○印を塗りつぶしてスタッフにお渡しください。
ご予約のキャンセルはお早めにご連絡ください。