



8月 活動予定表



※活動場所 (地) 地下ホール (ホ) 1階ホール (い) 2階 いこいの間

			1 (金)	2 (土)
			1:30-2:20 みんなで体操 (い)	1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)
10-12 カラオケ火曜 (地)	10-12 カラオケ水曜 (地)	10-11:15 健康体操元気①(地) 9:45-12:05 三療サービス(い)		
1:30-4 ハワイアン (地)	1:30-2:30 ふれフラ (地)	1:30-4:30 卓球タイム (地) 1:05-4:10 三療サービス (い)	1:30-2:20 みんなで体操 (い) 3:30-5 ボッチャ(ホ)	1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
1 2 (火)	1 3 (水)	1 4 (木)	1 5 (金)	1 6 (土)
10-12 カラオケ火曜 (地) 10-11:15 健康体操ゆったり(い)	10-12 カラオケ水曜 (地)	10-11:15 健康体操元気②(地)	9:45-12:05 三療サービス(い) 10-12 ふれフラ (地)	
1:30-4 ハワイアン (地)		1:30-4:30 卓球タイム (地)	1:05-4:10 三療サービス (い)	1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
1 9 (火)	2 0 (水)	2 1 (木)	2 2 (金)	2 3 (土)
10-12 カラオケ火曜 (地)	10-12 カラオケ水曜 (地)	10-11:15 健康体操元気①(地)		
1:30-4 ハワイアン (地)		1:30-4:30 卓球タイム (地)	1:30-2:20 みんなで体操 (い)	1:30-3:30 カラオケ純烈(地)
2 6 (火)	2 7 (水)	2 8 (木)	2 9 (金)	3 0 (土)
10-12 カラオケ火曜 (地) 10-11:15 健康体操ゆったり(い) 1:30-4 ハワイアン(地)	10-12 カラオケ水曜 (地) 1:30-2:30 ふれフラ (地)	10-11:15 健康体操元気②(地) 1:30-4:30 卓球タイム (地)	10-11:15 健康体操元気①(地) 1:30-2:20 みんなで体操 (い)	



★卓球タイム、みんなで体操、ボッチャ：みずの塔ふれあいの家の事業
 ★三療サービス：地域包括ケア推進課の事業
 ★はつらつ健康体操：北部すこやか福祉センターの事業
 ★自主グループに興味のある方は、ふれあいの家にご連絡ください。
 ◎日曜日・月曜日・祝日は、交流コーナーのみ使えます。