

地域活動支援センター あしかが



2017年

10月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2	3 歌って踊って ダイエット! 10時～ 	4 創作活動 ポプリ作り 10時～ ハーフティの日 	5	6 みんなで お弁当 11時集合 *参加費あり 	7 ヨガ教室 午前10:00～
8 お休み	9 体育の日 	10 座禅会 午後1時半～	11	12 カラオケ 大会 午後1時半～	13 ヨガ教室 午前10:00～ 	14 スイートポテト の会 *学校関係者や 保育士等の学習会 2時～
15 お休み	16	17 パソコン教室 午後1時～予約制 30分ずつ3人まで	18 ヨガ教室 午前10:00～ 朗読会 午後2時～	19 だんだん がやってくる 午後1時30分～	20 運動会 	21
22 お休み	23	24 お茶会 午後2時半～ *参加費あり	25 みんなで歌おう 午後2時～	26	27 散歩でランチ *参加費あり 11時半集合 	28 ヨガ教室 午前10:00～
29 お休み	30 パソコン教室 午後1時～予約制 30分ずつ3人まで	31	 *行事に参加される方は 前日までに申し込みを お願いします。			

さわやかな秋になりました。
良く眠れるし、良く食べられますね。
秋を満喫しましょう。

Tel

41-2643



