

# 地域活動支援センター あしかが

## 2020年 7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
*行事に参加される方は 〆切までに申込みをお願いします  TEL 41-2643			1	2	3 ヨガ教室 10時～ 	4 カラオケ 大会 午後1:30～ 
5 お休み	6	7 元気アップ 体操 10時～ 	8 ヨガ教室 10時～ 	9 みんなで お弁当 午前11:30集合 	10 創作活動 10時～ ハーブティの日	11
12 お休み	13 ONDOで 楽しむ 10時～ 	14	15	16 だんだん がやってくる 午後1:30～ 	17 ヨガ教室 10時～ 	18  朗読会 午後1:30～
19 お休み	20 元気アップ 体操 10時～ 	21	22 ヨガ教室 10時～ 	23 お休み 海の日	24 お休み スポーツの日	25
26 お休み	27	28	29 ヨガ教室 10時～ 	30	31 ONDOで 楽しむ 10時～ 	
			梅雨が明け、夏本番です！ 水分をしっかりとって、熱中症に 気を付けましょう♪			