

地域活動支援センター あしか

2020年

8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
 <p>* 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</p>						1
2 お休み	3 元気アップ 体操 10時～ 	4	5	6 ヨガ教室 10:00～ 	7 創作活動 10:00～ ハーブティの日	8
9 お休み	10 お休み 山の日	11	12 みんなで お弁当 11時集合 	13	14 ヨガ教室 10:00～ 	15 ONDOで 楽しむ 10:00～ 聴いて楽しむ 朗読会 午後1:30～ 
16 お休み	17 元気アップ 体操 10時～ 	18	19  だんだん がやってくる 午後1:30～	20 ヨガ教室 10:00～ 	21	22
23 お休み	24	25	26	27 ヨガ教室 10:00～ 	28 ONDOで 楽しむ 10:00～ 	29 カラオケ 大会 午後1時30分～ 
30 お休み	31	<p>毎日暑い日が続いていますね。 水分と休養をしっかりとって 夏を乗り切りましょう！</p> 				

