

地域活動支援センター あしか

2021年 1月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
あけましておめでとうございます 今年もよろしく お願いいたします!   					1 お休み 元日	2 お休み
3 お休み	4	5	6 ONDOで楽しむ 10時～ (リズムにのって) 	7	8 ヨガ教室 10時～  歩いて初詣 午後1時集合 (美人弁天へ) 	9
10 お休み	11 お休み 成人の日	12 (足腰丈夫に) 元気アップ 体操 10時～ 	13 創作活動 10時～ (節分の鬼を 作ります) ハーブティの日	14 ヨガ教室 10時～ 	15  聴いて楽しむ 朗読会 午後1:30～	16
17 お休み	18 ONDOで楽しむ 10時～ (さのまる音頭他) 	19	20	21	22 ヨガ教室 10時～ (体を柔軟に) 	23
24 お休み	25 元気アップ 体操 10時～ 	26	27 ヨガ教室 10時～ 	28	29 みんなで お弁当 11時30分集合 参加費あり 	30
31 お休み	 <p>* 行事に参加される方は 締切までに申し込みを お願いしま 41-2643</p> 					

が