

# 地域活動支援センター あしか

## 2021年 2月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 元気アップ 体操 10時～ 	3	4 創作活動 お雛様作り AM10:00～ ハーブティの日	5 ヨガ教室 AM10:00～ 	6
7 お休み	8	9	10 ONDOで楽しむ 10時～ くまモンと楽しく 	11 建国記念の日 お休み 	12 ヨガ教室 AM10:00～ 足首回しで血行up 	13
14 お休み	15	16 元気アップ 体操 10時～ 筋力upで軽やかに 	17 ヨガ教室 AM10:00～ 	18	19	20 聴いて楽しむ 朗読会 pm1:30～ 
21 お休み	22 みんなで お弁当 AM11:30集合 	23 天皇誕生日 お休み 	24	25 ヨガ教室 AM10:00～ 背筋を真っ直ぐに 	26 ONDOで楽しむ 10時～ リズムにのって楽しく 	27
28 お休み	<p>体調くずさずにお過ごしでしょうか？ 今月の朗読会は小川未明の「赤いろうそくと人魚」 ご用意してお待ちしております。</p> 					
<p>* 行事に参加される方は 締切までに申し込みを お願いします。 TEL 41-2643</p>						

