

地域活動支援センター あしかが

2021年

12月 予定表



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--|------------------------------------|
| * 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。 4 1 - 2 6 4 3 | | | 1 | 2 | 3 元気アップ体 10時～ | 4 ヨガ教室 10:00～ |
| 5 お休み | 6 | 7 ONDO 楽しむ 10:00～ | 8 座禅会 午後1時30分 | 9 ヨガ教室 10:00～ | 10 | 11 |
| 12 お休み | 13 ヨガ教室 10:00～ | 14 | 15 元気アップ体操 10時～ | 16 | 17 | 18 聴いて楽しむ 朗読会 午後1:30～ |
| 19 お休み | 20 創作活動 10:00～ ハーブティの日 | 21 ヨガ教室 10:00～ | 22 | 23 ONDO 楽しむ 10:00～ | 24 みんなでお弁当 クリスマス バージョ: 11:30集合 *参加費あり | 25 |
| 26 お休み | 27 | 28 元気アップ体 10時～ | 29 ヨガ教室 10:00～ | 30 | 31 お休み | |
| <p>今年も皆様のご支援のおかげで、無事年末を迎えられました。</p> <p>何かと慌ただしい中、体調をくずさぬように お過ごしくださいネ!</p> | | | | | | |

|