

地域活動支援センター あしかが

2022年 8月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1 ヨガ教室 10時～ 	2	3	4 創作活動 10時～ ペットボトル 風鈴  ハーフティの日	5 元気アツフ体操 10時～ 	6 
7 お休み	8	9 ヨガ教室 10時～ 	10 ONDOで 楽しむ 10時～ 	11 山の日 お休み 	12 みんなで お弁当 11時半集合 	13 
14 お休み	15 元気アツフ体操 10時～ 	16	17 ヨガ教室 10時～ 	18 聴いて楽しむ 朗読会 午後1時30分～ 	19	20
21 お休み	22 ヨガ教室 10時～ 	23	24	25	26 ONDOで 楽しむ 10時～ 	27
28 お休み	29 ヨガ教室 10時～ 	30 	31	<p>* 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。</p> <p>Tel 41-2643</p> <p>こまめな 水分補給を 忘れずに</p>   		

毎日暑い日が続いていますね。無理はせずに
冷房の効いた部屋で お昼寝するのも
良いですね・・・zzz

|

|