

地域活動支援センター あしかが

2023年 6月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
 <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。 41-2643</p>				1	2 元気アップ 体操 10時～ 	3
4 お休み	5	6 ヨガ教室 10時～  カラオケ 13時30分 	7	8	9 創作活動 10時～ ハーフティの日 	10 ONDOで 楽しむ 10時～ 
11 お休み	12 ヨガ教室 10時～ 	13 元気アップ 体操10時  座禅会 13時30分～ 	14	15	16 聞いて楽しむ 朗読会 10時 	17
18 お休み	19	20 ONDOで 楽しむ 10時～ 	21	22 ヨガ教室 10時～ 	23 みんなで お弁当 11時半集合 	24
25 お休み	26	27 元気アップ 体操 10時～ 	28	29	30 ヨガ教室 10時～ 	
<p>梅雨の季節になりました 室内でも体を動かせるプログラムをご用意しておきます</p> 						

