

地域活動支援センター あしかが

2023年 8月 予定表

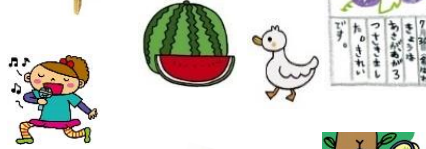
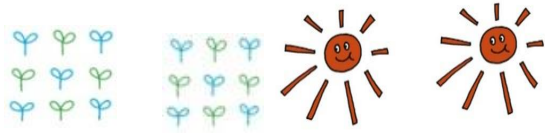


日	月	火	水	木	金	土
※行事に参加される方は 前日までに申し込みを お願いします。  ☎41-2643		1 元気アツアツ体操 10時～ 	2	3 ヨガ教室 10時～ 	4	5 
6 お休み	7	8 ONDOで 楽しむ 10時～ 	9	10 	11 山の日 お休み 	12 ヨガ教室 10時～ 
13 お休み	14 ヨガ教室 10時～ 	15 創作活動 10:00～ みんなで貼り絵 をしましょう♪ ハーブティーの日	16	17 だんだん がやって来る 13時30分～ 	18 元気アツアツ体操 10時～ 	19 朗読会 13:30 
20 お休み	21	22 ヨガ教室 10時～ 	23	24 みんなで お弁当 11時半集合 	25 カラオケ 13時30分～ 	26
27 お休み	28 ONDOで 楽しむ 10時～ 	29	30	31 ヨガ教室 10時～ 		

毎日とても暑い 日が続いていますね。

水分と休養をしっかりとって夏を乗り切りましょう！





20
20
20

