

地域活動支援センター あしかが

2024年 1月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1 お休み 	2 お休み	お休み	4 ヨガ教室 10時～ 	5	6 ONDOで 楽しむ 10時～
7 お休み	8 お休み	9 元気アップ 体操 10時～ 	10 ヨガ教室 10時～ 	11	12 みんなで ランチ& 初詣 へ行こう～ 	13
14 お休み	15	16 ヨガ教室 10時～ 	17 だんだん がやってくる 	18	19 ONDOで 楽しむ 10時～ 	20 聴いて楽しむ 朗読会 午後1時30分～
21 お休み	22 元気アップ 体操 10時～ 	23	24 ヨガ教室 10時～ 	25	26 創作活動 10時～ ハーフティの日	27
28 お休み	29	30 みんなで カラオケ～ 13時30分～ 	31	 新しい一年のはじまりです 皆様にとって 素敵な一年でありますように 今年もよろしくお願ひ致します。		

※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月の座禅会はお休みにになります。

暑中おひさま
甲子年



あけまして
おめでとう



あけまして
おめでとう

