

2022年8月

ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	2
<p>運動のアドバイスの最初の1時間は、 毎回ミニ講座を開催いたします。</p>					瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	
7	8	9	10	11	12	13
	阿部 (肩・腰・膝) 13:30~ 15:00	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30			野村 (運動) 14:00~ 17:00	
14	15	16	17	18	19	16
			大瀬 (食) 14:00~ 17:00	8/17 ミニ講座 14:00 ~14:30	野村 (運動) 14:00~ 17:00	
21	22	23	24	25	26	27
					野村 (運動) 14:00~ 17:00	
28	29	30	31			
			大瀬 (食) 10:30~ 13:30	8/31 ミニ講座 10:30 ~11:00		

8月のイベント

- ~8/7 花王国際子ども環境絵画展
- 8/3,7 花王国際子ども環境絵画展 ワークショップ
- 8/4 野菜エコクッキング
- 8/10, 25 産後ママ・パパイベント
- 8/23 子どもの好き嫌いがなくなるがんばらない料理
- 8/8, 22 ポールウォーキング体験教室

※ 都合により、予定が変更される場合があります。

(7月20日版)