

2017年4月

ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
						1
4月のイベント						
4/8 ポールウォーキングを楽しむ会						
4/10、24 ポールウォーキング体験教室						
2	3 ^B	4	5 ^B	6	7	8
	大瀬 (食) 10:30~ 13:30			瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	野村 (運動) 10:30~ 13:30	4/7 ミニ講座 10:30 ~11:30
9	10 ^B	11	12 ^A	13 ^B	14	15
			野村 (運動) 14:00~ 17:00	大瀬 (食) 10:30~ 13:30	4/16 ミニ講座 10:30 ~11:00	野村 (運動) 10:30~ 13:30
16	17 ^B AM PM	18	19 ^A	20 ^A ^B	21	22
	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	阿部 (肩・腰・ひざ) 13:30~ 15:00	野村 (運動) 14:00~ 17:00		4/22 ミニ講座 13:30 ~14:30	野村 (運動) 13:30~ 16:30
23	24	25	26 ^A	27	28	29
4/24 ミニ講座 14:00 ~14:30	大瀬 (食) 14:00~		野村 (運動) 14:00~ 17:00			
30	<p><お知らせ> 4月から、「おりがみの日」を始めます。カレンダーの日付欄に、AまたはBと書かれている日は、おりがみ担当スタッフが、これまでにおりがみさろんで作った作品を皆様と一緒に折ります。 A: 12:30~13:45 B: 14:00~15:15 ぜひお立ち寄りください。</p>					

※ 都合により、予定が変更される場合があります。(3/27版)