

2018年12月

ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
12月のイベント 3日 おりがみサロン 5日 大瀬先生と行くミニ遠足「野田歴史さんぽ」 3日、17日 ポールウォーキング体験教室 14日、20日 太極拳を取り入れたゆるい運動「明楽楽」						1 大瀬 (食) 10:30~ 13:30
2	3	4	5	6	7	8
野村 (運動) 10:30~ 13:30					12/7 ミニ講座 10:30 ~11:00	野村 (運動) 10:30~ 13:30
9	10	11	12	13	14	15
		友野 (肩・腰・膝) 13:30~ 15:00	野村 (運動) 10:30~ 13:30	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30		
16	17	18	19	20	21	22
野村 (運動) 10:30~ 13:30	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30		12/20 ミニ講座 14:00 ~14:30	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	12/22 ミニ講座 10:30 ~11:30	野村 (運動) 10:30~ 13:30
23	24	25	26	27	28	29
			野村 (運動) 10:30~ 13:30			
30	31	<おりがみの日> (日程は毎月の月末ごろに決定いたします。) 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サロン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。				
12月29日~1月3日まで、 休業させていただきます。						

※ 都合により、アドバイス等の予定が変更される場合があります。

(11月21日版)