

# 2018年12月 ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
<b>12月のイベント</b> 3日 おりがみさろん (14:00~) 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 (13:15~) 14日、20日 太極拳を取り入れたゆるい運動「明楽楽」(10:30~)						<b>1</b> 大瀬 (食) 10:30~ 13:30
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> <sup>A</sup>	<b>6</b> <sup>B</sup>	<b>7</b>	<b>8</b>
野村 (運動) 10:30~ 13:30					12/8 ミニ講座 10:30 ~11:30	野村 (運動) 10:30~ 13:30
<b>9</b>	<b>10</b> <sup>A</sup>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b> <sup>B</sup>	<b>14</b>	<b>15</b>
		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		
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b> <sup>A</sup>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
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
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
			野村 (運動) 10:30~ 13:30			
<b>30</b>	<b>31</b>	<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。				
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)