

2021年1月

ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
今月のイベント 1月11日（月）、25日（月） 13:15～					休業	
3	4	5	6	7	8	9
休業				大瀬 （食） 14:00～ 17:00	野村 （運動） 14:00～ 17:00	
10	11	12	13	14	15	16
	1/12 ミニ講座 10:30 ～11:00	大瀬 （食） 10:30～ 13:30	野村 （運動） 13:30～ 16:30	1/13 ミニ講座 13:30～ 14:30 @かしわの はらっぱ	瀬川 （美容） 10:30～ 13:30	
17	18	19	20	21	22	23
	野村 （運動） 14:00～ 17:00				野村 （運動） 10:30～ 13:30	
24	25	26	27	28	29	30
		1/27 ミニ講座 13:30～ 14:30 @かしわの はらっぱ	野村 （運動） 13:30～ 16:30	瀬川 （美容） 10:30～ 13:30	大瀬 （食） 10:30～ 13:30	1/29 ミニ講座 10:30 ～11:00
31	※ 都合により、予定が変更される場合があります。 ※ 肩・腰・ひざの相談室は、お休みいたします。					