

# 2023年2月 ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
					瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	
5	6	7	8	9	10	11
		大瀬 (食) 14:00~ 17:00			野村 (運動) 14:00~ 17:00	
12	13	14	15	16	17	18
			2/16 ミニ講座 10:30 ~11:00	大瀬 (食) 10:30~ 13:30	野村 (運動) 14:00~ 17:00	
19	20	21	22	23	24	25
		全館休館日	野村 (運動) 14:00~ 17:00		瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	
26	27	28				
野村 (運動) 10:30~ 13:30		大瀬 (食) 14:00~ 17:00	2/28 ミニ講座 14:00 ~14:30			

\* 2/14(火)の美容アドバイスは  
2/24(金)に変更になりました。

※ 都合により、予定が変更される場合があります。

(1月26日版)

## 2月のイベント

- 2/3 ママのからだところのケア教室
- 2/9,12 花王 産後ママ・パパイベント
- 2/10 ふれあい親子広場わいわい
- 2/11 みんなのまちづくりスタジオ(UDCK)
- 2/13, 27 ポールウォーキング体験教室
- 2/20 花王 紫外線対策肌ケア講座