

くらしのサポートセンターえきまえ 5月のカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7	1/8
午前	休	休	休	休		10:00~11:00 絵手紙とアートの時間	休
午後						13:30~14:30 筋トレ&ストレッチ	
	9	10	11	12	13	14	15
午前	休	10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~11:15 手もずらの時間	10:00~11:00 ミュージックケア	10:00~11:00 ゆっくりゆったりヨガ	9:45~11:15 手もずらの時間	休
午後		13:15~14:45 手もずらの時間	13:30~15:00 体に効く体操	—————	13:30~15:00 ビーズ (事前申込・材料費がかかります)		
	16	17	18	19	20	21	22
午前	休	10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~11:15 手もずらの時間	10:00~11:30 手芸 (事前申込・材料費がかかります)	10:00~11:30 お茶の間コツコツ	10:00~11:30 花フレンド (材料費がかかります)	休
午後		13:15~14:45 手もずらの時間	13:30~15:00 体に効く体操	13:30~14:30	13:30~14:30 筋トレ&ストレッチ		
	23	24	25	26	27	28	29
午前	休	10:00~11:00 つながリズムと脳トレ	9:45~11:15 手もずらの時間		10:00~11:00 ゆっくりゆったりヨガ		休
午後		13:15~14:45 手もずらの時間	13:30~14:30 脳トレ・書の時間	—————	13:30~15:00 くらしステップ		
	30	31					
午前	休	10:00~11:00 つながリズムと脳トレ					
午後							

※お車でお越しの方は『ふれあい駐車場』（産業文化会館向かい）をご利用下さい。

※プログラムは都合により変更になることがありますので、ご了承ください。

お問い合わせ先

くらしのサポートセンターえきまえ ☎0257-41-6583