

# 地域活動支援センター あしかが

2017年

## 7月予定表



日	月	火	水	木	金	土
	<p>* 行事に参加される方は 前日までに申し込みを お願いします。 TEL 41-2643</p>					1
2 お休み	3	4	5	6 みんなで お弁当! 午前11時集合 	7 ヨガ教室 午前10時~ 	8  スイートポテ の会 午後2時 * 学校関係者や 保育士等の学習会
9 お休み	10	11 創作活動 ポプリ作り 10時~ ハーブティの日 	12  パソコン教室 午後1時~ 予約制 3人まで30分ずつ	13  朗読会 午後2:00~	14 ヨガ教室 午前10時~ 	15
16 お休み	17 お休み 海の日 	18  お茶会 午後2:30~ * 参加費あり	19  カラオケ大会 午後1:30~	20  だんだんが やってくる 午後2:00~	21 散歩でラン千 11時集合 	22 ヨガ教室 午前10時~ 
23 お休み	24 みんなで 歌おう 午後2時~ 	25 歌って踊って ダイエット! 午前10時~ 	26  パソコン教室 午後1時~ 予約制 3人まで30分ずつ	27  座禅会 午後1:30~	28	29 ヨガ教室 午前10時~ 
30 お休み	31	<p>いよいよ本格的な暑さになりますね。 水分補給や外出時の帽子などで、 熱中症予防にお気をつけくださいね!</p>				