

お昼の体操 8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 31	24	25	26	27	28	29

色の日はお昼の体操はお休みです

毎日のお昼の体操に参加してみませんか！

12時15分～12時45分の30分間、3階の機能訓練室にて開催しています！申込み不要です。

お気軽にご参加ください♪

持ち物：上履き(土足厳禁、転倒予防のため)

