

R4年12月行事

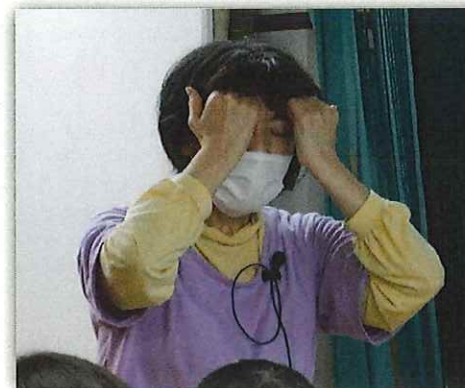
12月1日(木) きてみて体操 元気体操

講師:(株)あい愛マインド



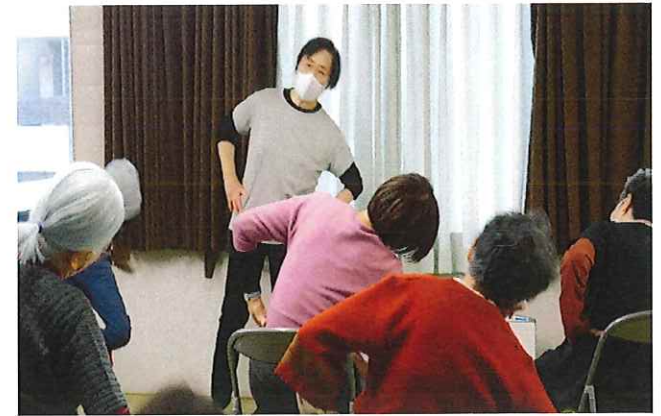
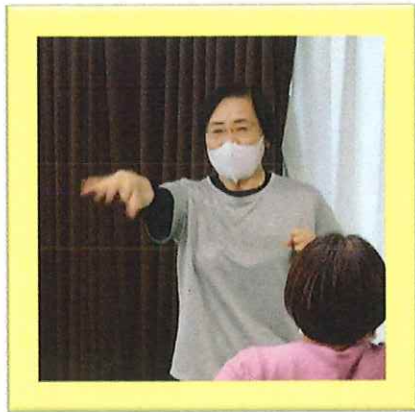
12月8日(木) きてみて体操 やさしい健康体操

講師: いづみニコニコ体操会



12月10日(土) きてみて体操 楽楽体操

講師：横川珠姫先生



12月15日(木) きてみて体操 さわやかヨガ

講師: 阪井光子先生





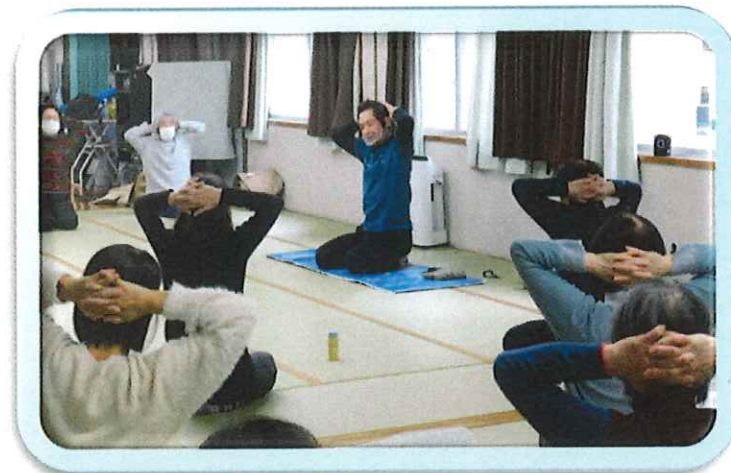
12月17日(土) クリスマスショー

出演:歌劇団ロジエ



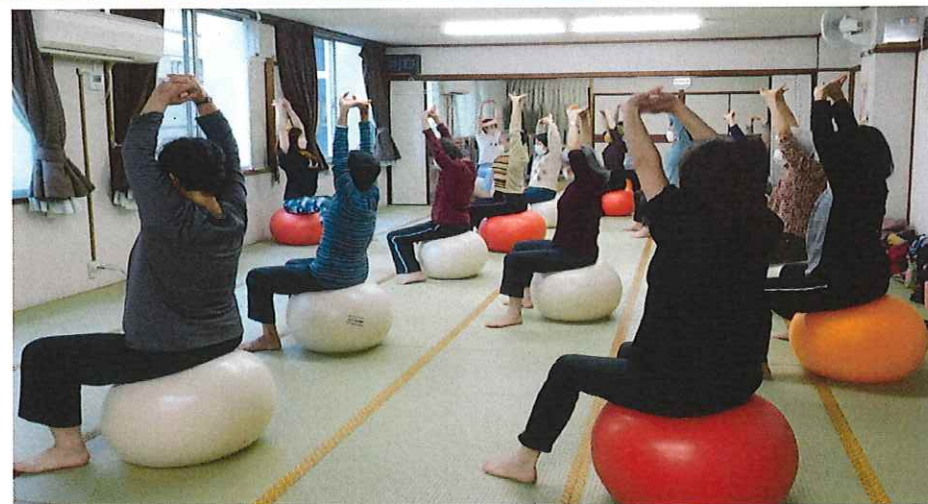
12月22日(木) きてみてヨガ体操

講師: 榎原浩文先生



12月23日(金) バランスボールエクササイズ

講師： 齋藤綾子先生



12月2・16日(金) スマホ相談室

講師: ドコモショップ大須店 職員



12月6日(火) スマホLINE講座

講師: ドコモショップ大須店 職員



12月13日(火) まずはスマホを触ってみよう！

講師：ドコモショップ大須店 職員



12月20日(火) スマホ テーマ別講座

講師: ドコモショップ大須店 職員

