



R6年12月行事

12月5日(木) 元気体操

講師: あい愛マインド



12月7日(土) 歌おう会「みんなで歌おう青春の歌」

講師：伴 紀良 先生



12月11日(水)・14日(土) 楽楽体操

講師: 横川 珠姫 先生



12月12日(木) やさしい健康体操

講師: いづみニコニコ体操会



12月16日(月) 歌おう会「前津・歌声喫茶」

講師：毛利 公 さん 他



12月19日(木) 姿勢スッキリ体操

講師: あい愛マインド



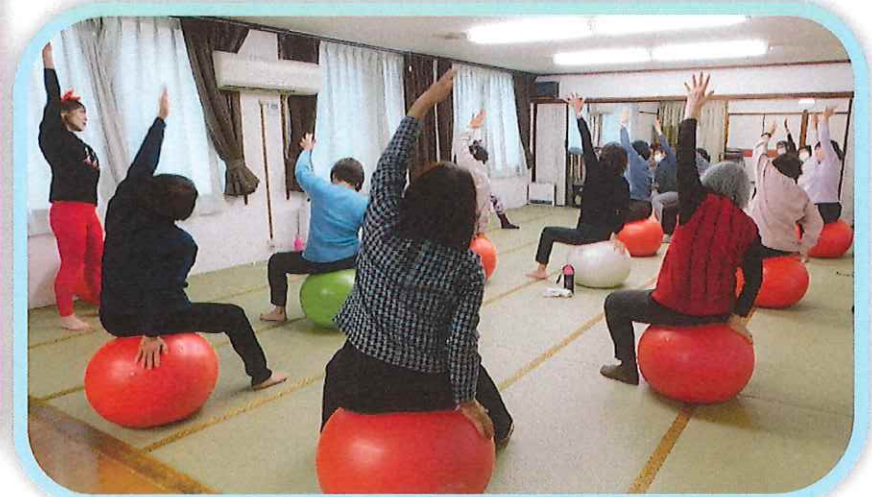
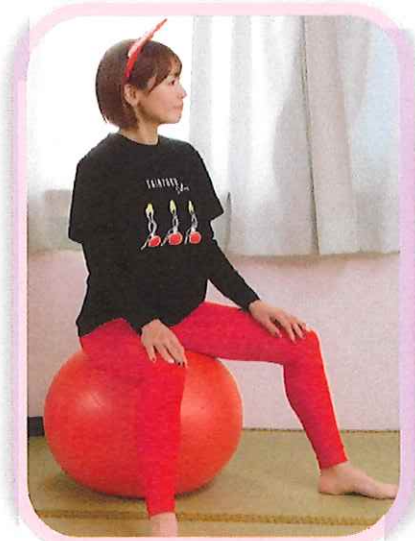
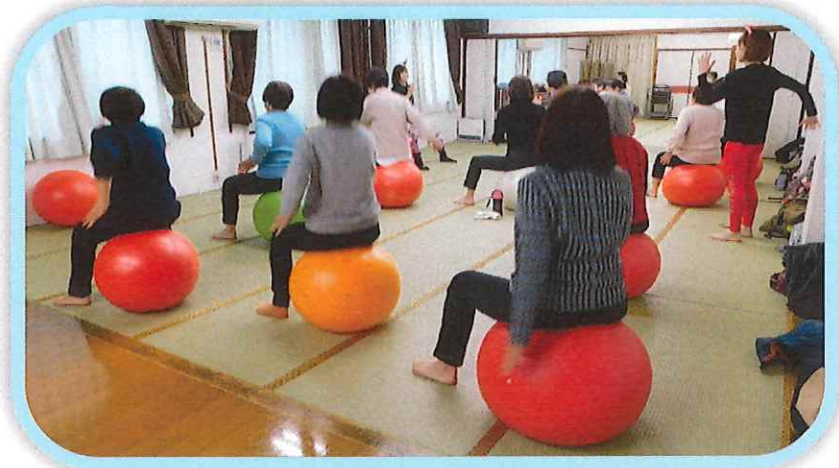
12月21日(土) 歌劇団ロジエ「クリスマスショー」

出演：歌劇団ロジエ



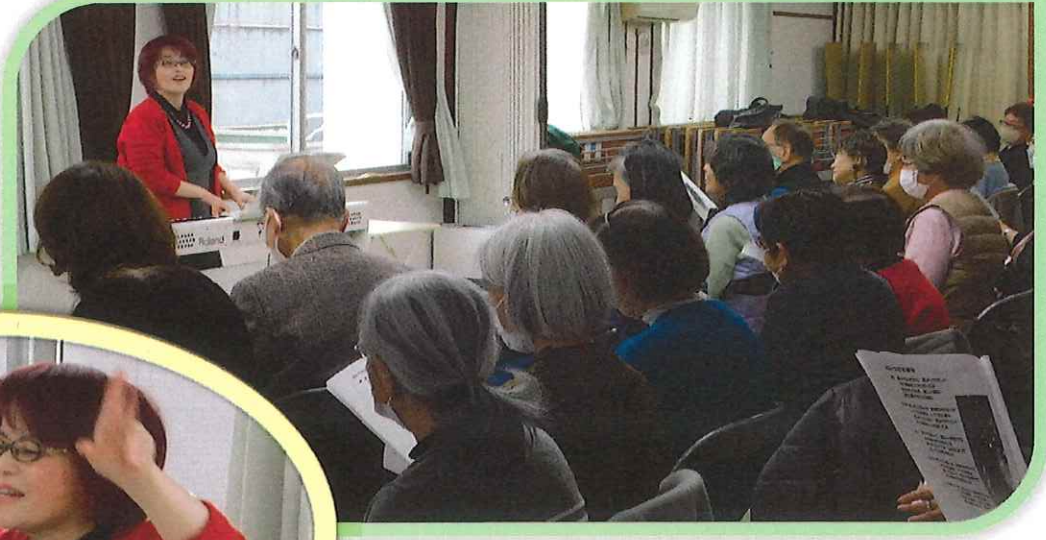
12月24日(火) やさしいバランスボールエクササイズ

講師: 齊藤 綾子 先生



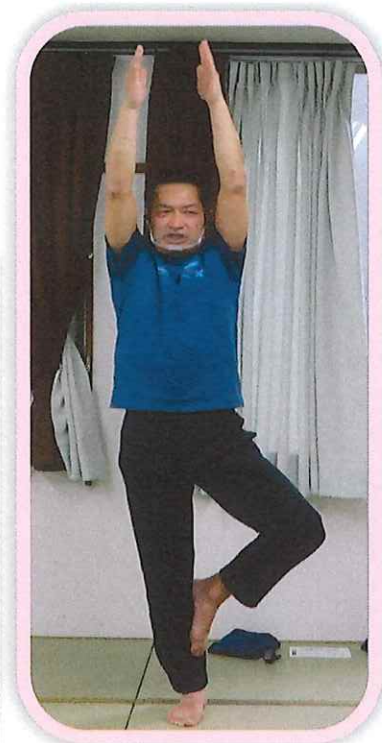
12月25日(水) 歌おう会「クリスマスソングを歌おう」

講師: 近藤 由香 先生



12月26日(木) きてみてヨガ

講師: 榊原 浩文 先生



12月27日(金) 己書を楽しむ

講師: 宮地 喜代子 先生・石田 あけみ 先生



12月28日(土) のびのび体操

講師: (株)ACE

