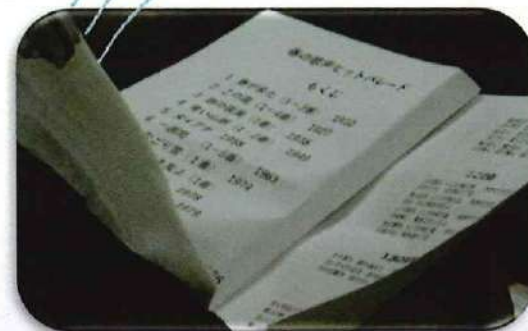


R8年3月 行事

3月2日(月) 歌おう会「春のヒットパレード」

講師：高橋 真由美 先生



3月5日(木) きてみて体操 元気体操

講師: あい愛マインド



3月11日(水)・14日(土) 楽楽体操

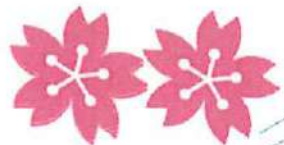
講師: 横川 珠姫 先生



3月12日(木) きてみて体操 姿勢改善体操

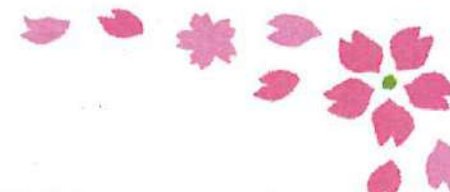
講師: 近藤 千英子 先生





3月14日(土) 歌おう会「春の歌を楽しむ」

講師：内田 由美子 先生



3月19日(木) きてみて体操 フレイル予防体操

講師: あい愛マインド



3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





3月24日(火) スマホ教室 テーマ別講座

講師: ドコモCS東海



docomo

スマートフォンで
マップを使いこなそう

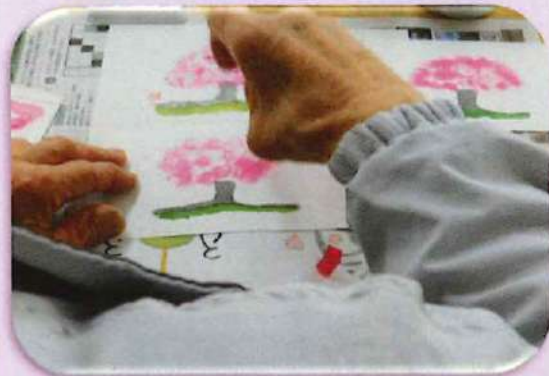
ドコモスマホ教室 スマートフォンでマップを使いこなそう
今日の目標

テーマ
Googleマップの
使いかたを覚えて、
便利さを体験しましょう



3月27日(金) 己書を楽しむ②

講師: 石田 あけみ 先生





3月28日(土) きてみて土曜体操 のびのび体操

講師: (株)ACE



3月31日(火) 歌おう会「春の歌を歌おう」

講師：近藤 由香 先生

