

# 令和4年



## 早良障がい者フレンドホーム 主催教室 月間予定表

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					元日	
					休館日	休館日
3	4	5	6	7	8	9
	フィットネス 10:00~11:00	折り紙 10:00~11:00				リトミック 10:00~11:00
休館日	ピラティス 11:00~12:00				大人アート 13:30~15:00	こどもアート 11:15~12:15
		放課後こども運動 17:00~18:30		体づくり 17:00~18:00	リラックス 15:30~16:30	
10	11	12	13	14	15	16
	リフレッシュ 9:40~10:40		リハビリ 10:00~12:00		エンジョイスポーツA 10:00~11:00	軽度知的PC 10:00~12:00
休館日	健康マット(西) 10:00~11:30	書道(硬筆・毛筆) 13:00~15:00			エンジョイスポーツB 11:30~12:30	
		放課後こども運動 17:00~18:30		こどもパソコン 17:00~18:00	中高生運動 15:00~16:00	
17	18	19	20	21	22	23
	フィットネス 10:00~11:00		リハビリ 10:00~12:00	はじめてのパソコン 10:00~12:00		リトミック 10:00~11:00
休館日	ピラティス 11:00~12:00				大人アート 13:30~15:00	はじめてのポッチャ 13:30~15:30
		放課後こども運動 17:00~18:30		体づくり 17:00~18:00	リラックス 15:30~16:30	
24/31	25	26	27	28	29	30
	リフレッシュ 9:40~10:40		リハビリ 10:00~12:00	はじめてのパソコン 10:00~12:00		
休館日	健康マット(西) 10:00~11:30	書道(硬筆・毛筆) 13:00~15:00				点検日
				こどもパソコン 17:00~18:00		



本年は、皆さんと沢山体を動かしたり、イベントを楽しみたいです。



早良フレンド YouTube

@sawarafriend9987