

2019年11月分 障がい者サポートセンターきらり 月間行事予定

日	曜日	予定・時間	場所	内容・お知らせ
1	金			 <h2>行事内容</h2> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>リズム体操 リズムに合わせて身体を動かし、楽しく運動をしましょう！ (持ち物) ・タオル・お茶 </p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ヨガ教室 呼吸法等により、ストレスをためにくい身体作りを目的とした教室で (持ち物) ・タオル ・お茶 </p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px;"> <p>エンジョイ！茶道 かいにょ苑(旧砺波平安閣の前)の和室で茶道を楽しみましょう！ (持ち物) 会費200円 (※おいしいお菓子つき) </p> </div> <h2>今月のお知らせ</h2> <div style="border: 1px solid gray; border-radius: 20px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>インフルエンザが流行する季節になってきました。感染予防策として、手洗い・うがい・マスク着用をするといいそうです。十分な栄養と睡眠を取るなど体調管理にも気をつけましょう。症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。</p> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  </div>
2	土			
3	日	文化の日		
4	月	振替休日		
5	火			
6	水			
7	木	リズム体操 (10:00~11:30)	砺波市 社会福祉会館	
8	金			
9	土			
10	日			
11	月			
12	火			
13	水			
14	木			
15	金			
16	土			
17	日			
18	月			
19	火			
20	水	エンジョイ！茶道 (10:30~11:30)	かいにょ苑	
21	木	リズム体操 (10:00~11:30)	砺波市 社会福祉会館	
22	金			
23	土	勤労感謝の日		
24	日			
25	月			
26	火			
27	水	ヨガ教室 (10:15~11:15)	砺波市 社会福祉会館	
28	木			
29	金			
30	土			
				障がい者サポートセンターきらり 住所 砺波市幸町1-7 TEL 0763-33-1552 FAX 0763-55-6625 E-mail kirari@keimeikai.jp