

◆フラザだより 9月号 ◆

健康記録手帳

9月からリフレッシュプラザ特製！
健康記録手帳を配布します！
運動スケジュールや血圧、体組成などの
自身の健康の記録を記入できます♪
1階フロントでお配りしていますので、
お気軽にお声かけください。



こども泳ぎ方教室

10/19~1/21の期間、
次期の泳ぎ方教室があります！
祝日、年末年始を除く毎週火曜～金曜の
全12回の教室です。
9/7から抽選受付がスタートします！
詳しくは館内チラシや、1階フロントにて
お問い合わせください。



ホッと

余熱生活

～文化教室～

リフレッシュプラザでは、
毎月いろんな教室を
開催しています！



お香教室



水墨画教室



行政書士による

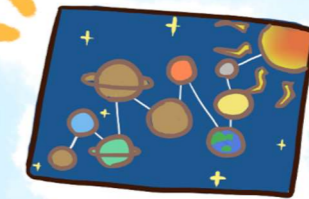


相続・遺言
無料相談会



箆工芸教室

9月からは、
健康記録手帳に貼り付けられる
文化教室参加スタンプラリーが！



太陽系
スタンプラリー!!

10回参加すると...!?

参加お待ちしております！！

9月のイベント予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 健康相談	3	4
5	6 休館日	7 健康相談	8 相続・遺言相談会	9 健康相談 家族介護	10	11 おもちゃの病院
12 朝エアロ	13 休館日	14 健康相談 藤工芸教室	15	16 健康相談	17 水墨画教室	18
19 太陽礼拝	20 敬老の日 フリットレ ールでHIT!	21 休館日	22 お香教室 水中ヨガ	23 秋分の日	24	25
26 朝エアロ	27 休館日	28 健康相談	29	30 健康相談	※緑…無料イベント ※青…文化教室	