



8 August

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10 October

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

こもれば 카페は
毎週水曜 室町事務所
12:30~14:00

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

1 大安	2 赤口	3 友引	4 先負 11:00~12:00 ヘルスアップ エクササイズ 池田駅前南会館	5 仏滅	6 大安	7 赤口
8 先勝	9 友引	10 先負 13:00~14:00 おとな塾 こもれば室町事務所	11 仏滅 11:00~12:00 ヘルスアップ エクササイズ	12 大安	13 赤口	14 先勝
15 友引	16 先負 敬老の日	17 仏滅 13:00~14:00 おとな塾 十五夜	18 大安 11:00~12:00 ヘルスアップ エクササイズ	19 赤口	20 先勝	21 友引 13:00~15:00 リフレッシュカフェ ×meets
22 先負 秋分の日	23 仏滅 振替休日	24 大安 13:00~14:00 おとな塾	25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負
29 仏滅	30 大安	1 10:00~11:00 元気アップ体操 11:00~12:00 ヘルスアップエクササイズ 交流センター	2 先勝	3 赤口	4 大安	5 先負

こもればカレンダー  こもれば相談室 06-6121-6670

