

2019年度 老人福祉センター教室年間予定表

ぽかぽか体操

10時～11時15分

4月16日(火)

5月21日(火)

6月18日(火)

7月23日(火)

8月20日(火)

9月10日(火)

10月22日(火)

11月26日(火)

12月17日(火)

2020年

1月21日(火)

2月18日(火)

3月17日(火)

ここからケア

10時～11時

5月9日(木)

6月27日(木)

9月5日(木)

10月3日(木)

11月7日(木)

2020年

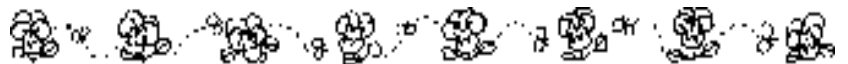
1月9日(木)

3月5日(木)



※教室の開催は天候などで変更になることもあります。ご了承ください。

毎月発行のおたよりを確認お願いします。



うたを楽しもう

10時～11時

4月9日(火)・25日(木)

5月7日(火)・23日(木)

6月4日(火)・20日(木)

7月9日(火)・25日(木)

8月6日(火)・22日(木)

9月3日(火)・26日(木)

10月8日(火)・31日(木)

11月12日(火)・28日(木)

12月10日(火)・26日(木)

2020年

1月7日(火)・23日(木)

2月4日(火)・27日(木)

3月10日(火)・26日(木)

じんわりストレッチ

10時～11時15分

4月23日(火)

6月25日(火)

8月27日(火)

10月29日(火)

2020年

1月28日(火)

3月24日(火)

