

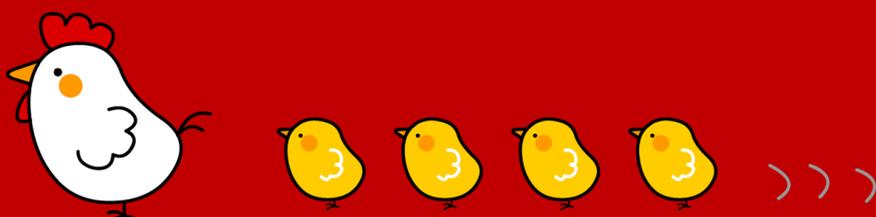
ミニお達者教室スケジュール

1月

広げよう！介護予防の輪！

今年も頑張りましょう♪

飲み物と室内シューズをお持ちください♪



時間
午後1時30分～2時30分

お住まいの地区以外の公民館も行けます！

***笑いヨガ教室**

3回シリーズで老人福祉センターで実施します。
時間：午後1時30分～2時30分

***認知症予防教室**

年1回ずつ各公民館で実施します。
各公民館、同じ内容です。
時間：午後1時30分～2時30分

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 中川 公民館	5 山田 公民館	6	7
8	9	10	11 三谷 公民館	12 小田 公民館	13 <笑いヨガ> 老人センター	14
15	16	17	18 美川 公民館	19 矢掛 公民館	20	21
22	23	24	25 川面 公民館	26	27 <認知症> 中川 公民館	28
29	30	31				

申込不要

ニ二お達者教室スケジュール

2月

お住まいの地区以外の
公民館も行けます！

飲み物と室内シューズを
お持ちください♪
時間
午後1時30分～2時30分



日	月	火	水	木	金	土
			1 中川 公民館	2 山田 公民館	3	4
5	6	7	8 三谷 公民館	9 小田 公民館	10 ＜笑いヨガ＞ 老人センター	11
12	13	14	15 美川 公民館	16 矢掛 公民館	17	18
19	20	21	22 川面 公民館	23	24 ＜認知症＞ 小田 公民館	25
26	27	28				

3月

***笑いヨガ教室**
3回シリーズで老人福祉
センターで実施します。
時間：午後1時30分
～2時30分

***表彰式**
参加回数の多い方を表彰
します。その後体操があ
るので、皆さん参加して
ください。
時間：午後1時30分
～2時30分
場所：老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
			1 中川 公民館	2 山田 公民館	3 ＜笑いヨガ＞ 老人センター	4
5	6	7	8 三谷 公民館	9 小田 公民館	10	11
12	13	14	15 美川 公民館	16 矢掛 公民館	17	18
19	20	21	22 川面 公民館	23	24	25
26	27	28	29 ＜表彰式＞ 老人センター	30	31	

申込不要