

令和5年度

ほがらか教室

- ◆場所 やすらぎ荘
- ◆時間 10:30~11:30
- ◆内容 ストレッチ・筋力強化運動
- ◆日程



月	実施日	
4月	13	27
5月	11	25
※ 6月	15	29
7月	13	27
※ 8月	10	31
9月	14	28
10月	12	26
※ 11月	9	30
12月	7	21
1月	11	25
2月	8	22
3月	14	28

※は変則的な日程の月です

- ◆お問い合わせは やすらぎ荘 ☎36-1846 または
志賀町包括支援センター(志賀町役場健康福祉課内) ☎32-9132