



地域福祉センター 12月の行事予定

<いきいき貯筋倶楽部>

毎週月曜日 13:30~14:30

4日、11日、18日、25日

内容:介護予防体操



<生きがいデザイナーズ>

火曜日 5日、12日、19日、26日 9:30~15:00

木曜日 7日、14日、21日 9:30~15:00

内容:シルバーリハビリ体操・脳トレ・創作・



リクレーション・お楽しみ会など

<クラフトカゴ作り教室> 材料費別・随時募集

毎週木曜日 9:30~15:00

7日、14日、21日



<ニコニコ教室>

毎週金曜日 10:00~11:30

8日、15日、22日

内容:ストレッチ・筋力強化運動



どなたでも、お気軽にお越しください

<12月の休館日> 6日・13日・20日・27日

一年末年始のお知らせ

12/29.30.31日 時短営業

1/1.2.3日 休館日になります

