

日	月	火	水	木	金	土
<div> <div>地域食堂ぽっかぽか</div> <div> 料金：大人 400円 子ども 200円 <small>(高校生まで)</small> </div> <div> 申込み：1月12日(月) 9:00~ <div>申込</div> </div> <div> <small>詳細はHP・SNS・掲示物にてご確認ください。</small> </div> </div>	<div> <div>「ラジオ体操」・「大人のドリル」</div> <div>「みんなで楽しく頭の体操」</div> <div>「にこにこサロン楽楽」</div> <div>「ふれあい筋力アップ体操」は自由参加です</div> <div>  </div> </div>	<div> <div>申込</div> <div> 介護予防普及事業 谷塚西部地域包括支援センターへ TEL929-0014 </div> </div>	<div> <div>1</div> <div>2</div> <div>3</div> <div> 1月3日まで年末年始休業 休館 </div> </div>			
<div> <div>4</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> <div> 「健康相談」は当日 時間内にお越しください </div> </div>	<div> <div>5</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 ・健康相談 13:30~14:30 大人のドリル </div> </div>	<div> <div>6</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>7</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>8</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>9</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>10</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>
<div> <div>11</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・ふれあい筋力アップ体操 10:15~11:00 </div> </div>	<div> <div>12</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>13</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>14</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>15</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・にこにこサロン楽楽 10:00~11:00 </div> </div>	<div> <div>16</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>17</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>
<div> <div>18</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 「健康相談」は当日 時間内にお越しください </div> </div>	<div> <div>19</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00 ・健康相談 13:30~14:30 大人のドリル </div> </div>	<div> <div>20</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>21</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>22</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>23</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>24</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>
<div> <div>25</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・地域食堂ぽっかぽか 申込 12:00~  </div> </div>	<div> <div>26</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>27</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>28</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 ・介護予防普及事業 谷塚西部地域包括支援センター 14:00~15:30 <div>申込</div> </div> </div>	<div> <div>29</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>30</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>	<div> <div>31</div> <div> ・ラジオ体操 8:45~8:55 </div> </div>