



HP



facebook



YouTube



社会福祉法人草加市社会福祉事業団  
草加市高年者福祉センターふれあいの里  
住所：草加市新里町106-6 電話：048-920-6222

日	月	火	水	木	金	土
<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>モルックを楽しむ 経験者コース① 13:30~15:00</li> </ul>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:55</li> <li>健幸寿命で自分らしく！ 介護予防講座⑤（運動） 14:00~15:00</li> </ul>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</li> </ul>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul> <p>「健康相談」は当日 時間内にお越しください</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>嘱託医による健康相談 13:30~14:30</li> </ul>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>モルックを楽しむ 経験者コース② 13:30~15:00</li> </ul>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:55</li> <li>健幸寿命で自分らしく！ 介護予防講座⑥（運動） 14:00~15:00</li> </ul>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</li> </ul>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>にこにこサロン音楽 13:30~14:30</li> </ul>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>モルックを楽しむ 経験者コース③ 13:30~15:00</li> </ul>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>介護予防普及事業 申込 谷塚西部地域包括支援センター 14:00~15:30</li> </ul>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</li> </ul>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>モルックを楽しむ 経験者コース④ 13:30~15:00</li> </ul>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:55</li> <li>健幸寿命で自分らしく！ 介護予防講座⑦（運動） 14:00~15:00</li> </ul>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>みんなで楽しく頭の体操 10:15~11:00</li> <li>水防訓練 13:00~13:30</li> </ul>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> </ul>
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>ふれあい筋力アップ体操 10:15~11:00</li> </ul>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ラジオ体操 8:45~8:50</li> <li>嘱託医による健康相談 13:30~14:30</li> </ul>	<p>大人のドリルの配布が毎週月曜日から第1.3.5週の月曜日に変更となります。</p>		<p>NEW 直接会場へ 〇ふれあい筋力アップ体操（多目的室） 立位で取り組む筋力アップ 詳細はふれあいの里にお問い合わせください 〇介護予防普及事業 申込 谷塚西部地域包括支援センターへ TEL929-0014</p>		