

# 令和4年 5月 予定



HP



facebook



YouTube



社会福祉法人草加市社会福祉事業団

草加市高齢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		
<b>1</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>2</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・のんびりヨガ春コース② 13：30～14：30	<b>3</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>4</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>5</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>6</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	<b>7</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 		
<b>8</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>9</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30 ・のんびりヨガ春コース③ 13：30～14：30	<b>10</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・これから始めよう 介護予防運動① 13：30～14：30	<b>11</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>12</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>13</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	<b>14</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50		
<b>15</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>16</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・のんびりヨガ春コース④ 13：30～14：30 ・にこにこサロン楽楽 14：00～15：00	<b>17</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・これから始めよう 介護予防運動② 13：30～14：30	<b>18</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・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	<b>19</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>20</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	<b>21</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50		
<b>22</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>23</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・嘱託医による健康相談 13：30～14：30 ・のんびりヨガ春コース⑤ 13：30～14：30	<b>24</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・これから始めよう 介護予防運動③ 13：30～14：30	<b>25</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・飾り巻き寿司を作ろう！ 10：15～13：00	<b>26</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50	<b>27</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・みんなで楽しく頭の体操 10：15～11：00	<b>28</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・いやしの足湯 10：00～13：40		
<b>29</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・いやしの足湯 10：00～13：40	<b>30</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・のんびりヨガ春コース⑥ 13：30～14：30 ・いやしの足湯 10：00～13：40	<b>31</b> ・ラジオ体操 8：45～8：50 ・これから始めよう 介護予防運動④ 13：30～14：30 ・いやしの足湯 10：00～13：40	 <p>皆さまの健康づくりに！ ぜひ、ご利用くださ～い</p>				※「ラジオ体操」・「大人のドリル」 「みんなで楽しく頭の体操」 「にこにこサロン楽楽」 は自由参加です。 	

※新型コロナウイルス感染拡大防止等により、日程変更や中止の場合もあります。