

令和6年 元気はつらつ教室  
毎週火曜日 時間：9：30～11：30

	月日	場 所		内 容
1	4月9日	コミュニティセンター	研修室	開講式、健康チェック、体操
2	4月16日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
3	4月23日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
4	4月30日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
5	5月7日	コミュニティセンター	パークゴルフ場（雨天時：研修室）	パークゴルフ（雨天時：体操）
6	5月14日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
7	5月21日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
8	5月28日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
9	6月4日	ふれあいセンター	研修室1・2	健康チェック、体操
10	6月11日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
11	6月18日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
12	6月25日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
13	7月2日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
14	7月9日	ふれあいセンター	研修室1・2、調理室、和室1・2	体操、健康食会食
15	7月16日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
16	7月23日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
17	7月30日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
18	8月6日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
19	8月20日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
20	8月27日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
21	9月3日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
22	9月10日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
23	9月17日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
24	10月1日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
25	10月8日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
26	10月15日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
27	10月22日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
28	10月29日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
29	11月5日	コミュニティセンター	パークゴルフ場（雨天時：研修室）	パークゴルフ（雨天時：体操）
30	11月12日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
31	11月19日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
32	11月26日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
33	12月3日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
34	12月10日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
35	12月17日	コミュニティセンター	研修室	クリスマス会
36	1月14日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
37	1月21日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
38	1月28日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
39	2月4日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
40	2月18日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
41	2月25日	コミュニティセンター	研修室	健康チェック、体操
42	3月4日	老人福祉センター	大広間	健康チェック、体操
43	3月11日	コミュニティセンター	研修室	反省会