

平成31年度

シルバーリハビリ体操活動予定

～持ち物～

水分、タオル

*運動のしやすい服装でご参加ください。

毎月第2・第4火曜日

13:00～15:00

<場所> 日高交流センター

毎月第2・第4火曜日

10:00～11:00

<場所> 日高交流センター

女性教室

日程	場所	日程	場所
4月 9日	2階1号室	4月23日	2階1号室
5月14日	2階1号室	5月28日	2階1号室
6月11日	2階1号室	6月25日	2階1号室
7月 9日	2階1号室	7月23日	2階1号室
8月	お休み	8月	お休み
9月10日	2階1号室	9月24日	2階1号室
10月 8日	2階1号室	10月22日	お休み
11月12日	2階1号室	11月26日	2階1号室
12月10日	2階1号室	12月24日	お休み
1月 7日	2階1号室	1月21日	2階1号室
2月11日	お休み	2月25日	2階1号室
3月10日	2階1号室	3月24日	2階1号室

男性教室

日程	場所	日程	場所
4月 9日	2階1号室	4月23日	2階1号室
5月14日	2階1号室	5月28日	2階1号室
6月11日	2階1号室	6月25日	2階1号室
7月 9日	2階1号室	7月23日	2階1号室
8月	お休み	8月	お休み
9月10日	2階1号室	9月24日	2階1号室
10月 8日	2階1号室	10月22日	お休み
11月12日	2階1号室	11月26日	2階1号室
12月10日	2階1号室	12月24日	お休み
1月 7日	2階1号室	1月21日	2階1号室
2月11日	お休み	2月25日	2階1号室
3月10日	2階1号室	3月24日	2階1号室

※悪天候時は中止になることがあります。

お問合せは、日高社会福祉委員会までお願いします。

日高学区市民自治会社会福祉委員会

(連絡先) 43-1250

