

月	講座名	作野福祉センター	北部福祉センター	中部福祉センター	明祥プラザ	桜井福祉センター	西部福祉センター	安祥福祉センター	アンフォーレ	開催時間 (受付は30分前～)
10月	①やろまいサロン	5(火)午前	8(金)午後	22(金)午前	1(金)午前	7(木)午後	1(金)午後	14(木)午後	29(金)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～14:30
	②体力チェック	6(水)午後	15(金)午後	20(水)午前	21(木)午前	21(木)午後	22(金)午後	28(木)午後	29(金)午後	午前10:00～12:00 午後13:30～14:30
11月	①やろまいサロン	2(火)午前	12(金)午後	19(金)午前	5(金)午前	4(木)午後	5(金)午後	11(木)午後	29(月)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～15:30
	②フレイル予防について	10(水)午後	26(金)午後	17(水)午前	18(木)午前	18(木)午後	19(金)午後	24(水)午後	25(木)午後	午前10:00～11:00 午後13:30～14:30
12月	①やろまいサロン	7(火)午前	10(金)午後	17(金)午前	3(金)午前	2(木)午後	3(金)午後	9(木)午後	23(木)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～15:30
	②歯と口の健康	1(水)午後	24(金)午後	15(水)午前	16(木)午前	16(木)午後	17(金)午後	22(水)午後	23(木)午後	午前10:00～11:00 午後13:30～14:30
1月	①やろまいサロン	11(火)午前	14(金)午後	21(金)午前	7(金)午前	6(木)午後	7(金)午後	13(木)午後	27(木)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～15:30
	②懐かしい話を語ろう (地域回想法)	5(水)午後	28(金)午後	19(水)午前	20(木)午前	20(木)午後	21(金)午後	26(水)午後	27(木)午後	午前10:00～11:00 午後13:30～14:30
2月	①やろまいサロン	1(火)午前	4(金)午後	18(金)午前	4(金)午前	3(木)午後	18(金)午後	10(木)午後	21(月)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～15:30
	②コグニサイズ	2(水)午後	25(金)午前	16(水)午前	17(木)午前	17(木)午後	25(金)午後	16(水)午後	21(月)午後	午前10:00～11:00 午後13:30～14:30
3月	①やろまいサロン	1(火)午前	11(金)午後	18(金)午前	4(金)午前	3(木)午後	4(金)午後	10(木)午後	24(木)午前	午前9:30～11:30 午後13:30～15:30
	②いきいき脳活!	2(水)午後	25(金)午後	16(水)午前	17(木)午前	17(木)午後	18(金)午後	23(水)午後	24(木)午後	午前10:00～11:00 午後13:30～14:30