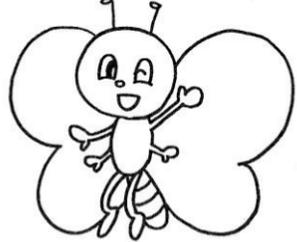


4月分 作野福祉センターサロン等予定表

月	火	水	木	金	土	日
	事前申込み不要。 お好きなサロンに参加いただけます。 【詳しくは作野福祉センター ☎ 72-7570】				1 9:00～ 部屋受付 10:00～11:30 折り紙サロン	2 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
3	4 9:00～11:30 卓球サロン	5	6 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	7	8	9 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度						
10	11 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	12 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	13 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	14  ハートン	15 10:00～11:30 折り紙サロン	16 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度						
17	18 9:00～11:30 卓球サロン	19	20 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	21	22 10:00～11:30 脳トレサロン	23 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度						
24	25 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	26 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	27 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	28 10:00～15:00 香りの湯	29 (祝)	30 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度						

※香りの湯・・・毎月第4金曜日は至福のお風呂が楽しめます

※すっきり・しゃっきり健康教室・・・立って行う体操(75歳以上)午後2時～2時45分、(60歳～74歳)午後3時15分～4時