



令和5年6月 中部福祉センター 予定表



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日 9:00~ 貸部屋受付 10:00~11:00 すっきり・しゃっきり健康教室 参加自由	2日 10:00~ 香りの湯 10:30~11:30 頭の健康体操教室 参加自由	3日
4日	5日 休館日	6日	7日	8日 10:00~11:30 サロン花ざかり 「健康ストレッチ」 参加自由 13:30~15:00 シニアのためのフィットネス 申込みした方のみ	9日	10日
11日	12日 休館日	13日 10:00~11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ 13:30~15:30 フレイル予防講座 申込みした方のみ	14日	15日 10:00~11:00 すっきり・しゃっきり健康教室 参加自由 13:30~14:45 脳ingエクササイズ 申込みした方のみ	16日 10:00~14:00 リサイクル折り紙サロン 参加自由	17日
18日	19日 休館日	20日 10:00~11:30 こもれびサロン ~介護者の つどい~ 「ヨガ」 参加自由	21日	22日 10:00~11:30 ものづくりサロン 「PPバンドで小物作り」 材料費100円 参加自由 13:30~15:00 シニアのためのフィットネス 申込みした方のみ	23日 14:00~14:15 ふらっと健康教室 「腰痛予防」 参加自由	24日
25日	26日 休館日	27日 10:00~11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ	28日	29日 13:30~14:45 脳ingエクササイズ 申込みした方のみ	30日	

♪あんくるバスご利用の方へ♪
「5番東部線」
でお越しください！

所在地：安城市新田町新栄
84番地1
電話：76-0090