



令和5年7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
2日	3日 休館日	4日	5日	6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	7日 10:00～ 香りの湯 10:30～11:30 頭の健康体操教室 参加自由	8日
9日	10日 休館日	11日 10:00～11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ 14:00～15:30 フレイル予防講座 申込みした方のみ	12日	13日 10:00～11:30 サロン花ざかり 「ニュースポーツ」 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	14日	15日
16日	17日 (海の日) 休館日	18日	19日	20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	21日 10:00～14:00 リサイクル折り紙サロン 参加自由	22日
23日	24日 休館日	25日 10:00～11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ	26日	27日 10:00～11:30 ものづくりサロン 「PPP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	28日 14:00～14:15 ふらっと健康教室 「膝痛予防」 参加自由	29日
30日	31日 休館日					♪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