



令和5年8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
	休館日	1日 9:00~ 貸部屋受付	2日	3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	4日 10:00~ 香りの湯 10:30~11:30 頭の健康体操教室 参加自由	5日
6日	7日 休館日	8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	9日	10日 10:00~11:30 サロン花ざかり 「太極拳」 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	11日 (山の日)	12日
13日	14日 休館日	15日 10:00~11:30 こもれびサロン ~介護者のつどい~ 「カラーセラピー・耳つぼマッサージ」 参加自由	16日	17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	18日 10:00~14:00 リサイクル折り紙サロン 参加自由	19日
20日	21日 休館日	22日 10:00~11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ	23日	24日 10:00~11:30 ものづくりサロン 「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	25日 14:00~14:15 ふらっと健康教室 「認知症予防」 参加自由	26日
27日 10:00~11:30 Salonあんちゃん 参加自由	28日 休館日	29日	30日	31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	