

2月イベントスケジュール

4日 (月) 11:00 ~ 12:00 頭と体の健康教室 NPO法人ソーシャルグッド 吉田大祐	5日 (火) 11:00 ~ 11:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦	7日 (木) 14:00 ~ 14:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦
12日 (火) 11:00 ~ 11:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦	13日 (水) 14:00 ~ 14:30 踊ってみよう フラダンス 総合福祉センタースタッフ 岩崎弘美	14日 (木) 14:00 ~ 14:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦
15日 (金) 11:00 ~ 11:20 かんたん!健康体操 田町スタッフ	18日 (月) 11:00 ~ 12:00 頭と体の健康教室 NPO法人ソーシャルグッド 吉田大祐	19日 (火) 11:00 ~ 11:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦
20日 (水) 11:00 ~ 12:00 頭と体の健康教室 NPO法人ソーシャルグッド 吉田大祐	21日 (木) 14:00 ~ 14:45 高シャキ体操 総合福祉センタースタッフ 三原泰彦	23日 (土) 10:30 ~ 11:30 みんなでポッチャ ホッチャ協会高崎支部 宮前 勇 田町スタッフ

*26日(火)・28日(木)の高シャキ体操はお休みです。

▶シルバーセンター田町のイベントは誰でも参加できます。また、参加費は無料です。

▶体操・健康教室30名まで、ポッチャ・フラダンスは10名までとなります。

*休憩用の椅子を使用しての体操参加は固くお断りいたします。

ルールを守って、楽しい時間をお過ごしください。

 **高崎市シルバーセンター田町**
TAKASAKI CITY SILVER-CENTER TAMACHI

027-393-6105



♩ = 92

ユーキヤコンコ アラレヤコンコ フツテハフツテハズンズンツモル
 ふつてもふつてもまだふりやまぬ
 ヤーモノハラモワタバウシカブリ カレキノコラスハナガサク
 いぬはよろこびにはかけまはり ねこはこたつでまるくなる