



高崎市シルバーセンター田町

イベントカレンダー

「おりがみ」「筋トレ」の予約は8月25日(金)より受付致します。
 なお、電話予約も可能となりましたのでご利用ください。

電話 393-6105

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 学習室開放日 9:00~16:00
3 休館日	4 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	5 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	6 eスポーツ&ゲーム 10:00~11:30 蔵	7 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口	8 ポッチャ開放日 10:00~11:00	9 学習室開放日 9:00~16:00 おりがみ生活 要予約 10:00~11:00 13:30~14:30
10 休館日	11	12 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	13 Let's筋トレ 10:00~10:45 11:15~12:00 要予約 おりがみ生活 13:30~14:30	14 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口	15 健康相談日 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	16 たまちの健康ひろば 「フレイル予防」 要予約 10:00~12:00 学習室開放 13:00~16:00
17 休館日	18 休館日	19 eスポーツ&ゲーム 10:00~11:30 蔵	20	21 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口	22	23 休館日
24 休館日	25 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	26 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	27 要予約 Let's筋トレ 10:00~10:45 11:15~12:00 田端	28	29 ポッチャ開放日 10:00~11:00	30 学習室開放日 9:00~16:00

【定員】 高シャキ体操 [30名] 頭と体の健康教室 [30名] かんたん健康体操 [30名]
要予約 Let's筋トレ [10名] **要予約** おりがみ生活 [8名]

【お知らせ】 ・飲み物持参にて5分前の着席をお願い致します。
 ・キャンセルの際は一報お願い致します。



おりがみ生活 9月



ベビーシューズを折る

9月9日(土) 10:00~11:00
 13:30~14:30

難易度 ★★★★★

13日(水) 13:30~14:30



参加予約は 8月25日(金) から事務所または電話で受付いたします

高崎市シルバーセンター田町
 ☎ 027-393-6105