

高崎市シルバーセンター田町

# 2月 イベントカレンダー

おりがみ・ストレッチの予約は1月25日より承ります

電話 393-6105

日	月	火	水	木	金	土
						1 eスポーツ開放 9:00~15:00
2 休館日	3 ポッチャ開放日 10:00~11:00	4 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	5 eスポーツ開放 9:00~15:00	6 かんたん体操 10:00~10:40 山口	7 お口の体操 10:00~10:45 田端	8 頭と体の体操 11:00~12:00 吉田
9 休館日	10 eスポーツ開放 9:00~15:00	11 休館日	12 要予約 おりがみ生活 10:00~11:00 13:30~14:30 齋	13 かんたん体操 10:00~10:40 山口	14 要予約 ストレッチ 1部 10:00~10:45 2部 11:00~11:45 田端	15 頭と体の体操 11:00~12:00 吉田
16 休館日	17 健康相談日 頭と体の体操 11:00~12:00 吉田	18 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	19 eスポーツ開放 9:00~15:00	20 ポッチャ開放日 10:00~11:00 山口	21 お口の体操 10:00~10:45 田端	22 eスポーツ開放 9:00~15:00
23 休館日	24 休館日	25 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	26 eスポーツ開放 9:00~15:00	27 かんたん体操 10:00~10:40 山口	28 要予約 ストレッチ 1部 10:00~10:45 2部 11:00~11:45 田端	

【定員】

高シャキ体操 [30名] 頭と体の体操 [30名] かんたん体操 [30名]  
お口の体操 [30名] 要予約 ストレッチ [各10名] 要予約 おりがみ生活 [10名]

【お願い】

- ・飲み物持参にて5分前の着席をお願い致します。
- ・キャンセル待ちをご希望の方は当日受付までお声がけください。  
開始5分前、スタッフより判断のうえご案内させていただきます。
- ・万が一予約をキャンセルされる場合には連絡をお願い致します。



# おりがみ生活 2月



## おひなさまを折る

### 2月12日(水)

難易度

- ① 10:00~11:00
- ② 13:30~14:30

(要予約)



参加予約は 1月25日(土) 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