



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・ストレッチ」の予約は5月26日（月）9時より受付致します。
TEL393-6105



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

【定員】

高シャキ体操 / 頭と体の体操 / かんたん体操 / お口の体操（各30名）
要予約 ストレッチ / 要予約 おりがみ生活（各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 6月



かたつむりを折る

6月18日(水)

- ① 10:00～11:00
- ② 13:30～14:30

どなたでも
無料で
ご参加できます

難易度 ★★☆☆☆



参加予約は 5月26日(月) 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