



高崎市シルバーセンター田町

イベントカレンダー

予約受付開始 7月25日(金)

ご予約は窓口・電話にて承ります TEL 027-393-6105

日	月	火	水	木	金	土
					1 頭と体の体操 11:00～12:00 吉田	2 eスポーツ 9:00～14:00
3 休館日	4	5 高シャキ体操 10:00～10:45 三原	6	7 かんたん体操 10:00～10:40 山口	8 お口の体操 10:00～10:45 田端	9 予約受付中 マクラメで コースター作り 10:00～12:00 13:00～15:00
10 休館日	11 休館日	12 高シャキ体操 10:00～10:45 三原	13 eスポーツ 9:00～14:00	14 ポッチャ開放日 9:00～11:00	15 頭と体の体操 11:00～12:00 吉田	16 健康相談日 要予約 ストレッチ 10:00～10:45 11:00～11:45 田端
17 休館日	18 要予約 おりがみ生活 10:00～11:00 13:30～14:30 黛	19 高シャキ体操 10:00～10:45 三原	20 お口の体操 10:00～10:45 田端	21 かんたん体操 10:00～10:40 山口	22	23 休館日
24/31 休館日	25	26 高シャキ体操 10:00～10:45 三原	27 要予約 ストレッチ 10:00～10:45 11:00～11:45 田端	28 かんたん体操 10:00～10:40 山口	29 頭と体の体操 11:00～12:00 吉田	30 eスポーツ 9:00～14:00

【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]
お口の体操 [30名] 要予約 みんなでストレッチ [15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。
- ・万ー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 8月



「伏せする犬」を折る

8月18日(月)

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 7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