

みんなで楽しく体を動かしましょう

参加費
無料

ひゃくかつ

みどりの100活教室

「みどりの100活教室」は、住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けられるために脳トレや運動を日常生活に取り入れることを目的とした教室です。目指そう100歳！！

会場：新町東コミュニティセンター（1階和室）

対象者：新町に在住の65歳以上の方

定員：20名程度（先着順）

時間：10時00分～11時30分

※都合により前後することがあります

申込み：高齢者あんしんセンターみどりの新町

0274-42-0200 齋藤 小野寺 齋田

（受付時間 8：30～17：15 月～金）

7月15日（金）
より
申し込み開始

開催日程

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
9月5日 （月）	9月12日 （月）	9月26日 （月）	10月3日 （月）	10月17日 （月）	10月24日 （月）	10月31日 （月）
第8回	第9回	第10回	第11回	第12回	第13回	第14回
11月7日 （月）	11月14日 （月）	11月21日 （月）	11月28日 （月）	12月5日 （月）	12月12日 （月）	12月19日 （月）