

日	曜	行 事	時 間	場 所
1	日			
2	月	ボディコンディショニング教室	10:30~12:00	湯楽里
3	火			
4	水	ハッピー教室 健康運動教室 男・団・Dandy	10:00~11:00 10:30~12:00 14:00~15:00	豊原公民館 湯楽里 湯楽里
5	木	さくら倶楽部	13:30~15:00	多目的ホール
6	金	たどっくカフェ 体いきいき健康体操 わくわく教室	10:00~11:00 13:00~14:30 13:30~14:30	多目的ホール 湯楽里 多目的ホール
7	土			
8	日			
9	月	ハッピー教室 チョイキタ体操	10:00~11:00 11:00~12:00	交流センター 湯楽里
10	火	ひだまり講習会	10:00~11:30	ひだまり
11	水	ハッピー教室	13:30~14:30	健康館
12	木	チョイキタ 脳と体を元気にする体操教室 さくら倶楽部	10:00~11:00 10:30~12:00 13:30~15:00	交流センター 湯楽里 多目的ホール
13	金	ハッピー教室 らせん流操体法 ひだまり教室	10:00~11:00 11:00~12:00 10:00~11:30	白方公民館 湯楽里 ひだまり
14	土			
15	日			
16	月	ボディコンディショニング教室 さくら倶楽部フォローアップ	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
17	火	ハッピー教室	10:00~11:00	四箇公民館
18	水	男・団・Dandy	14:00~15:00	湯楽里
19	木	チョイキタ いきいき健康体操 さくら倶楽部	10:00~11:00 10:30~12:00 13:30~15:00	交流センター 湯楽里 多目的ホール
20	金	わくわく教室	13:30~14:30	多目的ホール
21	土			
22	日			
23	月	ハッピー教室	13:30~14:30	交流センター
24	火			
25	水	ハッピー教室	10:00~11:00	四箇公民館
26	木	ハッピー教室 さくら倶楽部	10:00~11:00 13:30~15:00	多目的ホール 多目的ホール

27	金	チョイキタ体操 ハッピー教室	11:00~12:00 13:30~14:30	湯楽里 健康館
28	土			
29	日			
30	月			



問い合わせ先

・男性の料理教室（初心者・経験者） ・いきいき健康体操 ・健康運動教室 ・体いきいき健康体操 ・脳と体を元気にする体操教室 ・ボディコンディショニング教室 ・チョイキタ体操	多度津町社会福祉協議会 （電話：32-8501） 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。
・わくわく教室 ・きてGO やってGO チョイキタ体操 ・すまいるライフ教室 ・ハッピー教室 ・さくら倶楽部 ・さくら倶楽部フォローアップ教室 ・男・団・Dandy	多度津町地域包括支援センター （電話：33-1138） 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。
・ひだまり講習会 ・ひだまり教室	多度津町シルバー人材センター （電話：33-4755） 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。

皆様のご参加をお待ちしています。



決めて安心かかりつけ医

日頃から、健康管理を行ってくれるかかりつけ医を持つことが大切です。
多度津町ホームページ公式 YouTube

「決めて安心かかりつけ医」をご覧ください

