

高齢者センター2月予定表 (令和4年1月21日現在)

日付	曜日		機能訓練室	体力増進室
1日	(火)	午前		
		午後		
2日	(水)	午前		
		午後	介護予防係	
3日	(木)	午前	トリム体操(ハイブリッド)	
		午後		
4日	(金)	午前	スマホカメラ講座②	
		午後		
5日	(土)	午前	脳トレタイム	
		午後		
6日	(日)	午前		
		午後		
7日	(月)	午前	トリム体操中止	
		午後		
8日	(火)	午前	東部包括支援センター	
		午後	脳トレタイム	
9日	(水)	午前	AIを使った歩き方講座①	
		午後		
10日	(木)	午前		
		午後	東部包括支援センター	
11日	(金)	午前		
		午後		
12日	(土)	午前		
		午後		
13日	(日)	午前		
		午後		
14日	(月)	午前		
		午後	歌声教室	
15日	(火)	午前		
		午後	フィットネス	

日付	曜日		機能訓練室	体力増進室
16日	(水)	午前		
		午後	音楽広場	
17日	(木)	午前		
		午後	東部包括支援センター	
18日	(金)	午前	フィットネス	
		午後		
19日	(土)	午前		
		午後	東部包括支援センター	
20日	(日)	午前		
		午後		
21日	(月)	午前		
		午後		
22日	(火)	午前		
		午後		
23日	(水)	午前		
		午後		
24日	(木)	午前	おりがみサロン(ハイブリッド)	
		午後		
25日	(金)	午前		
		午後	トリム	
26日	(土)	午前		
		午後		
27日	(日)	午前		
		午後		
28日	(月)	午前		
		午後		