

川津公民館

水曜日 13:45~15:45 2階

4月	2日	10月	1日
5月	7日	11月	5日
6月	4日	12月	3日
7月	2日	1月	7日
8月	6日	2月	4日
9月	3日	3月	4日



南部公民館

水曜日 9:15~11:15 2階

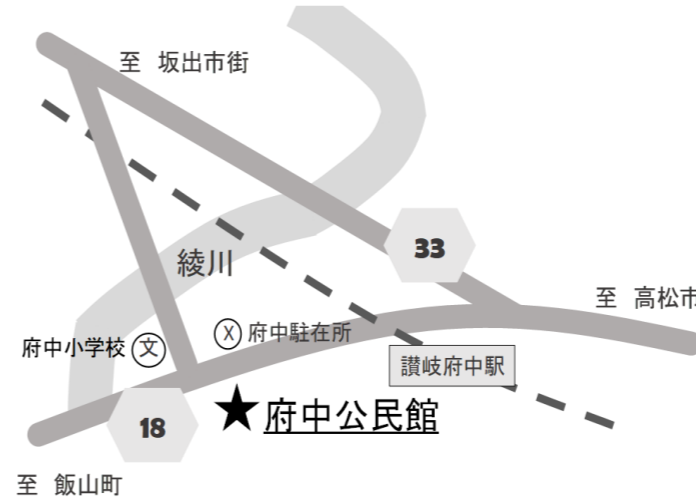
4月	16日	10月	15日
5月	21日	11月	19日
6月	18日	12月	17日
7月	16日	1月	21日
8月	20日	2月	18日
9月	17日	3月	18日



府中公民館

月曜日 9:15~11:15 2階

4月	21日	10月	20日
5月	19日	11月	17日
6月	16日	12月	15日
7月	7日	1月	19日
8月	18日	2月	16日
9月	1日	3月	16日



西庄公民館

火曜日 9:15~11:15

4月	22日	10月	28日
5月	27日	11月	25日
6月	24日	12月	23日
7月	22日	1月	27日
8月	26日	2月	24日
9月	30日	3月	24日



林田公民館

月曜日 9:15~11:15

4月	28日	10月	27日
5月	26日	11月	10日
6月	23日	12月	22日
7月	28日	1月	26日
8月	25日	2月	2日
9月	22日	3月	23日



加茂公民館

木曜日 9:15~11:15 2階

4月	24日	10月	23日
5月	22日	11月	27日
6月	26日	12月	25日
7月	24日	1月	22日
8月	28日	2月	26日
9月	25日	3月	26日



松山公民館

水曜日 13:45~15:45 2階

4月	23日	10月	22日
5月	28日	11月	26日
6月	25日	12月	24日
7月	23日	1月	28日
8月	27日	2月	25日
9月	24日	3月	25日



こんなお悩みありましたら、
ご相談ください。

- ・健診結果の見方がわからない。
- ・最近物忘れが気になる。
- ・足腰を鍛える方法を教えてほしい。
- ・体脂肪を減らす食事が知りたい

