



とほなす北部

10月

とほなす北部

1	水	
2	木	脳トレ
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	スカッとブルーの湯  
7	火	きらりシニア塾
8	水	スポーツの祭典 めり絵・数独
9	木	
10	金	映画鑑賞会 
11	土	
12	日	
13	月	スポーツの日
14	火	
15	水	脳トレ 
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	めり絵・数独
21	火	
22	水	ラベンダーの湯  
23	木	
24	金	きらりシニア塾
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	脳トレ 
29	水	
30	木	映画鑑賞会
31	金	



きらりシニア塾

日時:10月7日(火)10時～
内容:音とリズムで脳活リトミック
申込日:9月8日(月)9時～

日時:10月24日(金)13時30分～
内容:指ヨガで整える心と体手ほぐし健康法
申込日:10月7日(火)9時～



スポーツの祭典

日時:10月8日(水)10時～
場所:集会室
先着15名様*参加費無料
内容:ダーツ・ラダーボール・ボール投げ等
申込み受付9月22日(月)9時～



映画鑑賞会

日時:10月10日(金)
13時～椿姫

日時:10月30日(木)
10時～ 風の中の雄鶏
13時～トゥーランドット

お知らせ
お風呂入浴
料200円に
なります



LINE 公式アカウント

友だち募集中

@322twvjb
うれしい情報をしめしてお届け!




【発行】北部地域福祉センター（所在地：岩津町字西坂54番地1 電話：0564-45-8790）

開館時間：9時～17時 休館日：日曜日、祝日（敬老の日は開館）、12月29日～1月3日