



とほなす北部

2月

とほなす北部

1	日	講座申込み受付中 2月28日まで
2	月	
3	火	
4	水	お元気アップ教室
5	木	フラダンス講座発表会
6	金	健康体操講座発表会
7	土	
8	日	
9	月	きらりシニア塾申込日
10	火	
11	水	建国記念の日
12	木	
13	金	3B講座発表会 スマホ講座 脳トレ
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	きらりシニア塾
18	水	ヨガ講座発表会
19	木	ぬり絵・数独
20	金	ティア上映会
21	土	
22	日	
23	月	天皇誕生日
24	火	雛人形作り 10時～12時
25	水	脳トレ 先着10名様
26	木	申込日:2月2日(月)9時～
27	金	ティア上映会
28	土	



お元気アップ教室

日時: **2月4日(水) 10時～**
 内容: ストレッチ・筋力体操・口腔体操
 レクリエーション
 場所: 集会室
 持ち物: 室内シューズ、タオル、
 飲み物、筆記用具



講座発表会

フラダンス講座 2月5日(木)
健康体操講座 2月6日(金)
3B講座 2月13日(金)
ヨガ講座 2月18日(水)
 *11時～



きらりシニア塾

日時: **2月17日(火) 10時～**
 内容: **笑顔で笑って★**
心もハッピー!
 場所: 集会室
 申込日: **1月7日(水) 9時～**

出張測定

日時: **2月27日(金)**
13時半～15時
 内容: **柔軟測定**

友だち
募集集中

@322twvjb
 うれしい情報をLINEでお届け!



【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