

聞いて得して
・試して納得

《いい友体操日程》

笑って笑って
効果倍増

場所 ・ 曜日	H30・1月	2月	3月
北公民館 (月曜日) (9:30~11:30)	15日・29日	5日(中央集会所) 26日	12日・26日
瑞沼市民センター (月曜日) (13:30~15:30)	15日 22日・29日	5日 19日・26日	5日 12日・19日
鷹野文化センター (火曜日) (9:30~11:30)	16日 23日・30日	6日 13日・20日	13日 20日・27日
文化会館 (火曜日) (9:30~11:30)	16日・30日	13日・27日	13日・27日
吉川・美南地区公民館 (火曜日) (14:00~16:00)	9日・16日 23日・30日	6日・13日 20日・27日	6日・13日 20日・27日
文化会館 (水曜日) (9:30~11:30)	10日・17日 24日・31日	7日 14日・28日	7日 14日・28日
東和東地区文化センター (水曜日) (13:30~15:30)	10日 17日・24日	7日・14日 21日・28日	7日・14日
総合体育館 (木曜日) (9:30~11:30)	11日 18日・25日	1日・8日・22日 15日(多目的室)	1日・8日 22日・29日
戸ヶ崎コミュニティセンター (木曜日) (9:30~11:30)	11日 18日・25日	1日・8日 15日・22日	1日・8日 15日・22日
葛飾区柴又 (金曜日) さくらみち集い交流館 (10:00~12:00)	12日 19日・26日	2日・9日 16日・23日	2日・9日 16日・23日
高州地区センター (土曜日) (10:00~12:00)	13日 20日・27日	3日・10日 17日・24日	3日・10日 17日・24日