

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	7 月	8 月	9 月
みさと団地中央集会所 (月曜日) (10:00~11:30)	4日・11日 25日	8日・22日 29日	
瑞沼市民センター (月曜日) (13:30~15:00)	(体育館10:00~) 4日・11日 25日	(体育館13:30~) 1日・8日 22日	5日(体育館13:30~) 12日(多目的室9:30~) 26日(体育館13:30~)
鷹野文化センター (火曜日) (9:30~11:00)	12日・19日 26日	9日・16日 23日	8月30日 13日・20日
文化会館 (火曜日) (9:30~11:00)	5日・12日 19日	2日・23日 30日	6日・13日 20日
文化会館 (水曜日) (9:30~11:00)	6日・13日 20日・27日	3日・10日 17日・24日	7日・14日 21日・28日
東和東地区文化センター (水曜日) (13:30~15:00)	6日・13日 20日	(2階大会議室) 24日・31日 9月7日(集会室)	14日・21日 28日
総合体育館 (木曜日) (9:30~11:00)	7日・14日 21日・28日	4日 18日(柔道場) 25日	1日・8日 15日・22日
戸ヶ崎コミュニティセンター (木曜日) (9:30~11:00)	7日・14日 21日・28日	4日・18日 9月1日 (2階ボランティア ビューロー)	8日・15日 22日・29日
葛飾区柴又 (金曜日) さくらみち集い交流館 (10:00~11:30)	1日・8日 15日・22日	5日・12日 19日・26日	2日・9日 16日・30日
高州地区センター (土曜日) (10:00~11:30)	2日・9日 16日・23日	6日・20日 27日	3日・10日 17日・24日

※9月1日の戸ヶ崎コミュニティセンターは施設工事により変更になる場合があります。  
※ 新型コロナウイルス感染対策の為、開催時間を30分短縮しています。

