

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	9 月	10 月	11 月
希望の郷交流センター (月曜日) (9:30~11:00)	4日・11日 25日	2日・16日 23日・30日	6日・13日 20日・27日
瑞沼市民センター (月曜日) (13:30~15:00)	4日・11日 25日	2日・16日 23日・30日	6日 13日 (体育館) 20日・27日
鷹野文化センター (火曜日) (9:30~11:00)	5日 (会議室) 12日・19日 26日	10日・17日 24日・31日	7日 (会議室) 14日・21日 28日
文化会館 (火曜日) (9:30~11:00)	5日・12日 19日	3日・17日 31日	7日・14日 21日
文化会館 (水曜日) (9:30~11:00)	6日・13日 20日・27日	4日・18日 26日 (木) 13:30~ 31日 (火) 9:30~	1日・8日 15日・22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	4日・11日 18日	1日・8日 22日
総合体育館 (木曜日) (9:30~11:00)	7日・14日 21日・28日	5日・12日 19日・26日	2日・9日 16日・30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	5日・12日 19日・26日	2日・9日 16日・30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・29日	6日・13日 20日・27日	10日・17日 24日
高州地区センター (土曜日) (10:00~11:30)	2日・9日 16日・30日	7日・14日 21日・28日	4日 (会議室)・11日 22日 (水) 29日 (水)

TEL 080-4155-5100 ホームページ [ii-tomo.net](http://ii-tomo.net)



**いい友体操スタッフ随時募集中! 元気と笑顔をお届けのお仕事です。**