

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	11月	12月	R8.1月
希望の郷交流センター (月曜日) (9:30~11:00)	10日・17日	1日(会議室) 8日・15日 22日	5日・19日 26日(会議室)
瑞沼市民センター(月曜日) (13:30~15:00)	10日・17日	1日・8日 15日(9:30~) 22日	5日・19日 26日
鷹野文化センター(火曜日) (9:30~11:00)	4日(会議室) 11日・18日 25日	2日(会議室) 9日・16日 23日・30日	6日(会議室) 13日・20日 27日
文化会館(火曜日) つつみ会館 (9:30~11:00)	11日・18日 25日	9日・16日 23日	(文化会館) 13日・20日 27日
文化会館(水曜日) 仁蔵会館・つつみ会館 (9:30~11:00)	5日・12日 19日・26日	3日・10日 17日・24日	(文化会館) 7日 14日(展示室) 21日・28日
東和東地区文化センター (水曜日) (13:30~15:00)	5日・12日 19日	3日・10日 17日	14日・21日 28日
総合体育館(木曜日) (9:30~11:00)	6日・13日 20日・27日	4日・11日 18日・25日	8日・15日 22日・29日
戸ヶ崎コミュニティセンター (木曜日) (9:30~11:00)	6日・13日 20日・27日	4日・11日 18日・25日	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)	7日・14日 21日・28日	5日・12日 19日・26日	9日・16日 30日
高州地区センター(土曜日) (10:00~11:30)	1日 8日(会議室) 22日・29日	13日・20日 27日	10日・17日 31日

TEL 080-4155-5100 ホームページ ii-tomo.net 

年の変わり目は事故が多い！！お家の中でも要注意！！転倒しないで！！