

聞いて得して
・試して納得

《いい友体操日程》

笑って笑って
効果倍增

場所 ・ 曜日	R8. 1 月	2 月	3 月
希望の郷交流センター (月曜日) (9:30~11:00)	5日 ・ 19日 26日 (会議室)	2日 ・ 9日 16日	2日 (会議室) 9日 ・ 16日 23日
瑞沼市民センター (月曜日) (13:30~15:00)	5日 ・ 19日 26日	2日 ・ 9日 16日	2日 (午前) 9日 ・ 16日 23日 ・ 30日
鷹野文化センター (火曜日) (9:30~11:00)	6日 (会議室) 13日 ・ 20日 27日	3日 (会議室) 10日 ・ 17日 24日	10日 ・ 17日 24日 ・ 31日
文化会館 (火曜日) (9:30~11:00)	13日 ・ 20日 27日	10日 ・ 17日 24日	10日 ・ 17日 24日
文化会館 (水曜日) (9:30~11:00)	7日 14日 (展示室) 21日 ・ 28日	4日 ・ 18日 25日	11日 ・ 18日 25日
東和東地区文化センター (水曜日) (13:30~15:00)	14日 ・ 21日 28日	4日 ・ 18日 25日	4日 ・ 11日 18日
総合体育館 (木曜日) (9:30~11:00)	8日 ・ 15日 22日 ・ 29日	5日 ・ 12日 19日 ・ 26日	5日 ・ 12日 19日 ・ 26日
戸ヶ崎コミュニティセンター (木曜日) (9:30~11:00)	8日 ・ 15日 22日 ・ 29日	5日 ・ 12日 19日 ・ 26日	5日 ・ 12日 19日 (2Fボランティア室) 26日
葛飾区柴又 (金曜日) さくらみち集い交流館 (10:00~11:30)	9日 ・ 16日 30日	6日 ・ 13日 20日 ・ 27日	6日 ・ 13日 27日
高州地区センター (土曜日) (10:00~11:30)	10日 ・ 17日 31日	7日 ・ 14日 21日 ・ 28日	7日 ・ 21日 28日 (会議室)

TEL 080-4155-5100 ホームページ ii-tomo.net



さあ～新しい年!!あなたは何を目標にがんばりますか?