



百歳体操 ポールウォーキング 日程表



令和7年度

場 所	百歳体操	ポールウォーキング他
緑が丘集会所	毎週 月 曜日 13:00～13:45	<u>みどりの会</u> 毎週 木 曜日 13:00～14:00
鶉若葉生活館	毎週 火 曜日 10:00～10:45	鶉ウォーキングクラブ 毎週 火 曜日 10:45～11:45
下鶉生活館	毎週 火 曜日 10:00～10:45	
東 鶉 中央ふれあいセンター	毎週 火 曜日 13:00～13:30	ふれあいチーム <u>らんまん</u> 毎週 火 曜日 13:30～14:00
鶉本町生活館	毎週 水 曜日 13:00～13:45	華の金曜日 <u>コスモスの会</u> 毎週 金 曜日 13:00～15:00
中央集会所	毎週 木 曜日 13:00～13:45	<u>ビューティー中央</u> 毎週 水 曜日 13:00～14:00
東山高齢者住宅	毎週 木 曜日 13:00～14:00	<u>Go!Go!スマイル東山</u> 毎週 金 曜日 9:00～11:30
朝駒集会所	毎週 金 曜日 13:30～14:15	

※お問合せ先～健康推進課 健康係（☎62-2014健康推進課）