



百歳体操 各地区イベント日程表



令和6年度

令和7年

場 所	日 時	体力測定日	大場先生	佐藤先生
緑が丘集会所	毎週 月 曜日 13:00~13:45	4月8日(月) 13:00~14:15	5月13日(月) 13:00~14:00	1月27日(月) 13:00~14:00
鶉若葉生活館	毎週 火 曜日 10:00~10:45	4月16日(火) 10:00~11:15	5月21日(火) 10:00~11:00	1月28日(火) 10:00~11:00
下鶉生活館	毎週 火 曜日 10:00~10:45	4月23日(火) 10:00~11:15	5月28日(火) 10:00~11:00	1月21日(火) 10:00~11:00
東 鶉 中央ふれあいセンター	毎週 火 曜日 13:00~14:30	4月16日(火) 13:00~14:15	5月21日(火) 13:00~14:00	1月28日(火) 13:00~14:00
鶉本町生活館	毎週 水 曜日 13:00~13:45	4月24日(水) 13:00~14:15	5月29日(水) 13:00~14:00	1月8日(水) 13:00~14:00
中央集会所	毎週 木 曜日 13:00~13:45	4月11日(木) 13:00~14:15	5月16日(木) 13:00~14:00	1月9日(木) 13:00~14:00
東山高齢者住宅	毎週 木 曜日 13:00~14:00	4月18日(木) 13:00~14:30	5月30日(木) 13:00~14:00	1月30日(木) 13:00~14:00
朝駒集会所	毎週 金 曜日 13:30~14:15	4月19日(金) 13:30~14:45	5月31日(金) 13:30~14:30	3月21日(金) 13:30~14:30

ますますカード
集めます。

ますます景品
渡します。

1月にケアサポーター
カード集めます。

予 定

ケアサポーター養成講座

今年度は、
百歳体操全町大会がない年。
ケアサポーター養成講座を
受けましょう！

9月5日(木) フレイル予防は、お口から~健口のススメ

※詳細は、広報等で確認してください。