



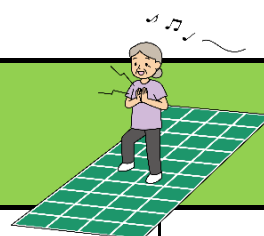
自分らしく、いきいきと暮らすために、フレイル予防に取り組みましょう！！



● 南部 フレイル予防教室 日程表

会場	曜日	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
森山公民館	火	10:00-11:30	25	30	27	25	29	26	31	28	26	30	27	26
平山団地公民館 (小栗)	金	10:00-11:30	14	12	9	14	4	8	13	10	8	12	2	8
中通町公民館 (有喜)	月	10:00-11:30	17	15	19	24	21	11	23	20	18	22	19	18
田尻公民館 (森山)	水	13:30-15:00	12	17	14	12	9	13	11	8	13	17	14	13

● 南部 若返り体操教室 日程表



会場	曜日	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
小野ふれあい会館	木	13:30-15:00	13	11	1	6	3	7	5	2	7	11	1	7

