



R6年8月行事

8月1日(木) 元気体操

講師: あい愛マインド



8月3日(土) 歌おう会「夏の歌を楽しむ」

講師：内田 由美子 先生





8月8日(木) 姿勢改善体操

講師: 近藤 千英子 先生



8月10日(土)・14日(水) 楽楽体操

講師: 横川 珠姫 先生



8月15日(木) チェアボクササイズ

講師: (株)ACE



8月22日(木) きてみてヨガ

講師: 榊原 浩文 先生



8月23日(金) 己書を楽しむ

講師: 宮地 喜代子 先生・石田 あけみ 先生



8月24日(土) のびのび体操

講師: (株)ACE



8月27日(火) やさしいバランスボールエクササイズ

講師: 齊藤 綾子 先生



8月28日(水) 歌おう会「夏の歌声ヒットパレード」

講師：高橋 真由美 先生



8月29日(木) 学んで活かす東洋医学講座

講師: 吉村 栄三 先生



8月29日(木) 知っク講座「名古屋市の高齢者福祉のあらまし」

講師： 廣吉 前津福祉会館館長

