

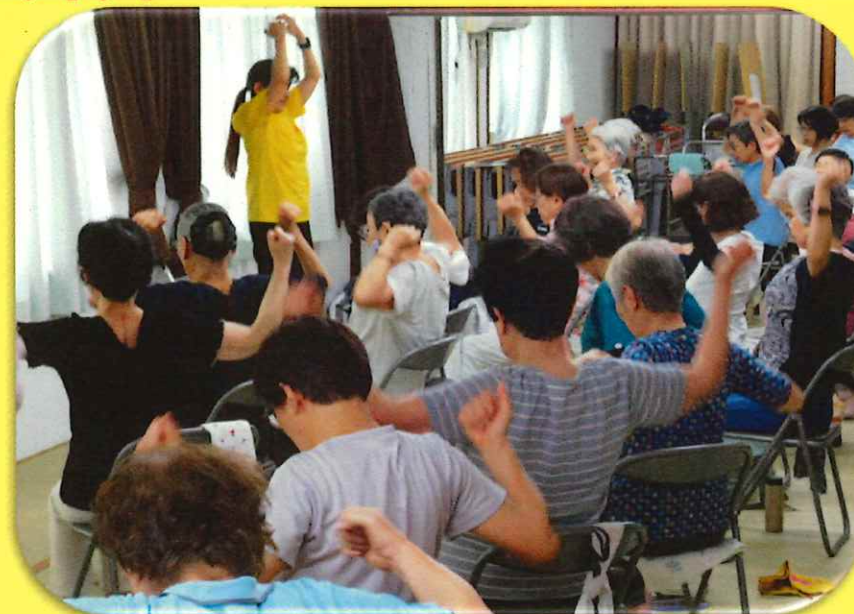


R7年8月 行事



8月7日(木) きてみて体操 元気体操

講師: あい愛マインド



8月9日(土)・13日(水) 楽楽体操



講師: 横川 珠姫 先生





8月14日(木) きてみて体操 チェアボクササイズ

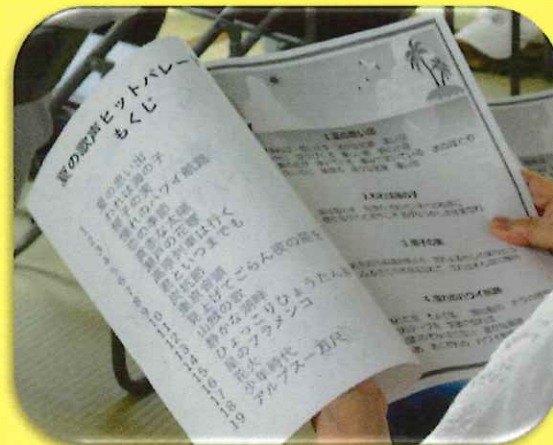


講師: (株)ACE



8月18日(月) 歌おう会『夏のヒットパレード』

講師：高橋 真由美 先生



8月21日(木) きてみて体操 姿勢スッキリ体操



講師: あい愛マインド

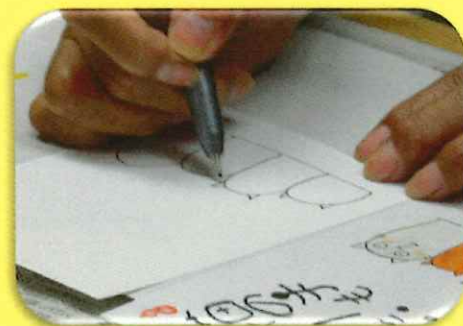




8月22日(金) 己書 を楽しむ①



講師: 石田 あけみ 先生





8月23日(土) きてみて土曜体操 フレイル予防体操

講師: あい愛マインド

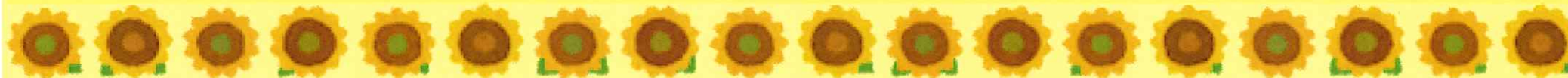




8月26日(火) やさしいバランスボールエクササイズ



講師： 齊藤 綾子 先生



8月26日(火) スマホテーマ別講座

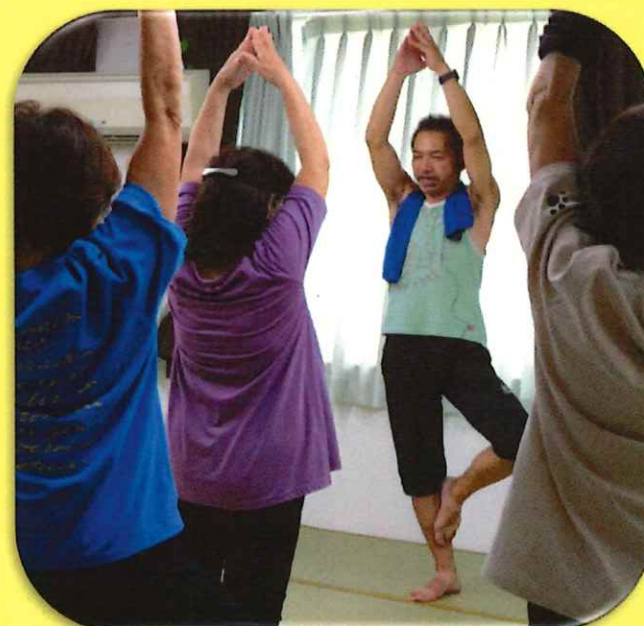
講師: ドコモCS東海





8月28日(木) きてみてヨガ

講師: 榎原 浩文 先生



8月29日(金) 知っトク講座「名古屋市の高齢者福祉のあらまし」

講師： 前津福祉会館 館長





8月30日(土) 歌おう会『夏の歌を楽しむ』

講師: 内田 由美子 先生

