

令和4年度

ちよきん

貯筋サークル

◆場所：志賀町文化ホール（32研修室）

◆時間：13:30～14:30

◆内容：いきいき百歳体操

家庭でできる体操 など

※第4火曜日はシルバーリハビリ体操（14:00～14:30）



◆日程

	実施日(火曜日)				
4月	5	12	19	26	
5月	10	17	24	31	
6月	7	14	21	28	
7月	5	12	19	26	
8月	2	9	16	23	30
9月	6	13	20	27	
10月	4	11	18	25	
11月	8	15	22	29	
12月	6	13	20	27	
1月	17	24	31		
2月	7	14	21	28	
3月	7	14	28		

◆お問い合わせは、リーダー：雄谷洋子

☎ 32-1260 まで