## ~口コモ予防体操教室~

# 第1回 8月27日(火) 第2回 9月24日(火)

椅子を使ってできる体操をします。音楽を 使って楽しくロコモティブシンドロームを 予防しましょう。(ロコモとは運動器の障害 のために移動機能の低下をきたした状態) 時 間:14:30~15:30

受講料:無料

講 師:向田 香織先生

準備・持参物:動きやすい服装・上履き・飲み物・

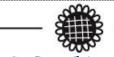
生涯学習パスポート

申し込み:志和堀地域センター

TEL/FAX082-433-2891

主催:志和堀公衆衛生推進協議会・志和堀地域センター













### としょまる

# うたごえ広場

### ♬志和堀会場

•7月31日(水)10:00~ •8月28日(水)13:30~

•9月25日(水)10:00~

#### ▶東志和会場

•7月31日(水)13:30~

• 9月25日(水) 13:30~



◆7月4日(木) 15:00~15:30 ◆8月1日(木) 15:00~15:30

# 2024年行事予定 / 月 🔍

B	月	火	水	木	金	±
	1	2 PC 教室 9:30 舞踊 11:00 カラオケ 19:00	3 卓球 18:00	4   太極拳 13:30   銭太鼓 19:30	5 更生保護 9:00 つばき会 13:30 Hellokids 15:00	6
7 壮年会 16:00	8 百歳体操 13:30 生城太鼓 19:00	9 PC 教室 9:30 青パト 14:00 子供硬筆 16:00	10 大正琴 10:00 カナリア 13:30 悠画会 14:00 卓球 18:00	11 みつろう 10:00 太極拳 13:30 福祉文教 19:00 銭太鼓 19:30	1 2 健康ヨガ 9:30 ペン習字 14:00 HelloKids 15:00	13 創生会議 18:00
1 4	15 海の日	16 PC 教室 9:30 舞踊 11:00 子供硬筆 16:00 カラオケ 19:00	17 カラー セラピー 9:30 卓球 18:00	18 サロン 13:30 銭太鼓 19:30	1 9 社協 9:00 つばき会 13:30 HelloKids 15:00	20
21 堀でい産直市 10:00	22 舞踊 10:00 百歳体操 13:30 生城太鼓 19:00	2 3 PC 教室 9:30	24 カナリア 13:30 悠画会 14:00 卓球 18:00	25 地域共生 9:00 太極拳 13:30 銭太鼓 19:30	2 6 料理教室 10:00 ペン習字 14:00 HelloKids 15:00	27 地域おこし協 力隊 9:30
28	29 プラチナ会 9:00 百歳体操 13:30 生城太鼓 19:00	3 0 PC 教室 9:30	3 1 うたごえ 10:00 卓球 18:00	〒739-0 東広島市	   <b>域センター</b>  269  志和町志和堀 85  (082)433-28	

※休館日:祝日(土・日曜日で使用申請がない場合に臨時閉館することがあります。)