



## 令和5年12月 中部福祉センター 予定表



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
♪あんくるバスご利用の方へ♪ 「5番東部線」 でお越しください!	所在地：安城市新田町新栄 84番地1 電話：76-0090			貸部屋受付は 午前9時から	1日 10:00~ 香りの湯 10:30~11:30 頭の健康体操教室 参加自由	2日
3日	4日 休館日	5日	6日	7日 10:00~11:00 すつきり・しゃつきり健康教室 参加自由	8日	9日
10日	11日 休館日	12日 10:00~11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ	13日	14日 10:00~11:30 サロン花ざかり 「健康ストレッチ」 参加自由 13:30~15:00 シニアのためのフィットネス 申込みした方のみ	15日 10:00~14:00 リサイクル折り紙サロン 参加自由	16日 10:00~12:00 足湯サロン 参加自由
17日	18日 休館日	19日 10:00~11:30 こもれびサロン ~介護者 のつどい~ 「ヨガ」 参加自由	20日	21日 10:00~11:00 すつきり・しゃつきり健康教室 参加自由 13:30~15:00 シニアのためのフィットネス 申込みした方のみ	22日 14:00~14:15 ふらっと健康教室 「栄養バランス」 参加自由	23日
24日	25日 休館日	26日 10:00~11:00 シニアのためのヨガ 申込みした方のみ	27日	28日 休館日	29日 休館日	30日 休館日
31日 休館日						