



H30年度 本巢市転倒予防教室日程表



★ 時 間 : 午後1時30分から午後3時まで ★

★ 持ち物 : 汗拭きタオル・飲み物他 野澤先生 : 手ぬぐい 郷先生 : バスタオル ★

会場	真正老人福祉センター		真正すこやかセンター		ぬくもりの里				本巢老人福祉センター				根尾文化センター			
講師	加藤久子・鷲見勝彦		郷 延枝		野澤見佐乃		加藤久子・鷲見勝彦		郷 延枝		野澤見佐乃		矢野 美知子		野澤見佐乃	
月曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日
4	17	(火)	6	(金)	5	(木)	25	(水)	10	(火)	19	(木)	12	(木)	26	(木)
5	8	(火)	25	(金)	17	(木)	30	(水)	1	(火)	31	(木)	10	(木)	24	(木)
6	19	(火)	29	(金)	7	(木)	13	(水)	5	(火)	21	(木)	14	(木)	28	(木)
7	10	(火)	27	(金)	5	(木)	18	(水)	31	(火)	19	(木)	12	(木)	26	(木)
8	7	(火)	17	(金)	9	(木)	29	(水)	21	(火)	30	(木)	2	(木)	23	(木)
9	11	(火)	28	(金)	6	(木)	19	(水)	4	(火)	20	(木)	13	(木)	27	(木)
10	9	(火)	26	(金)	4	(木)	17	(水)	2	(火)	18	(木)	11	(木)	25	(木)
11	6	(火)	30	(金)	29	(木)	14	(水)	20	(火)	1	(木)	8	(木)	22	(木)
12	25	(火)	14	(金)	27	(木)	12	(水)	4	(火)	20	(木)	13	(木)	6	(木)
1	15	(火)	25	(金)	17	(木)	30	(水)	8	(火)	31	(木)	10	(木)	24	(木)
2	26	(火)	15	(金)	7	(木)	20	(水)	5	(火)	21	(木)	14	(木)	28	(木)
3	12	(火)	29	(金)	14	(木)	20	(水)	19	(火)	7	(木)	14	(木)	28	(木)

- 市内在住で65歳以上の方が対象です。 ■ 事前登録も予約も必要ありません。
- 教室に参加希望の方は、全ての会場に参加できます。



♥ 楽しく体を動かして
健康年齢アップをめざしましょう!!