

令和8年度

かようびクラブ

日程表



- 【場 所】 滑川市民交流プラザ 3階 多目的ホール
【時 間】 午後1:30～2:30 (受付時間 午後 1:00～1:30)
【持ち物】 タオル(運動時使用)・飲み物

月	日			
4月	7日(火)	14日(火)	28日(火)	
5月	12日(火)	26日(火)		
6月	2日(火)	9日(火)	23日(火)	30日(火)
7月	7日(火)	14日(火)	28日(火)	
8月	4日(火)	25日(火)		
9月	1日(火)	8日(火)	29日(火)	
10月	6日(火)	13日(火)	27日(火)	
11月	10日(火)	24日(火)		
12月	1日(火)	8日(火)	22日(火)	
R9年1月	5日(火)	12日(火)	26日(火)	
2月	2日(火)	9日(火)		
3月	2日(火)	9日(火)	23日(火)	30日(火)

※祝日および12月29日はお休みです

参加者の声

- ・かようびクラブ参加した後は、よく眠れます。
- ・腰痛が軽くなった。
- ・火曜日が楽しみです



◆かようびクラブの問い合わせは

滑川市地域包括支援センター ☎476-9400 へ