

# 令和2年度 健康アップ教室(上半期)日程表

シルバーリハビリ体操に参加し、仲間と楽しく健康寿命を延ばしましょう (∩o∩) ♪

中央公民館		毎週木曜日 ☎66-0660
4月	2日、9日、16日、23日、30日	
5月	7日、14日、21日、28日	
6月	4日、11日、18日、25日	
7月	2日、9日、16日、23日、30日	
8月	6日、13日、20日、27日	
9月	3日、10日、17日、24日	
中止日：		

潮来公民館		毎週火曜日 ☎62-3522
4月	7日、14日、21日、28日	
5月	5日、12日、19日、26日	
6月	2日、9日、16日、23日、30日	
7月	7日、14日、21日、28日	
8月	4日、18日、25日	
9月	1日、8日、15日、22日、29日	
中止日：8/11		

津知公民館		第1～4木曜日 ☎62-4755
4月	2日、9日、16日、23日	
5月	14日、21日、28日	
6月	4日、11日、18日、25日	
7月	2日、9日、16日	
8月	6日、13日、20日、27日	
9月	3日、10日、17日、24日	
中止日：5/7、7/23、		

津知公民館		毎週金曜日 ☎62-4755
4月	3日、10日、17日、24日	
5月	1日、8日、15日、22日、29日	
6月	5日、12日、19日、26日	
7月	3日、10日、17日、24日、31日	
8月	7日、14日、21日、28日	
9月	4日、11日、18日、25日	
中止日：		

延方公民館		第1～4木曜日 ☎66-6011
4月	2日、9日、16日、23日	
5月	7日、14日、21日、28日	
6月	4日、11日、18日、25日	
7月	2日、9日、16日、23日	
8月	6日、13日、20日、27日	
9月	3日、10日、17日、24日	
中止日：		

大生原公民館		第1～4水曜日 ☎67-5898
4月	1日、8日、15日、22日	
5月	6日、13日、20日、27日	
6月	3日、10日、17日、24日	
7月	1日、8日、15日、22日	
8月	5日、12日、19日、26日	
9月	2日、9日、16日、23日	
中止日：		

牛堀公民館		毎週火曜日 ☎64-5230
4月	7日、14日、21日、28日	
5月	5日、12日、19日、26日	
6月	2日、9日、16日、23日、30日	
7月	7日、14日、21日、28日	
8月	4日、18日、25日	
9月	1日、8日、15日、22日、29日	
中止日：8/11		

【時 間】各公民館共通 午前10時より  
(1時間30分程度)

【その他】・各自、飲み物、バスタオルを持参の上、  
運動ができる服装でご参加ください。

・当日の参加も可能です。各公民館に  
備え付けの登録用紙に記入して、教室  
に参加してください。

・休館日や祝日、会場などの都合で変更  
になる場合があります。当日の実施状  
況については、各公民館までお問合せ  
ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、3月31日までの健康アップ教室を中止しています。4月1日より教室再開を考えていますが、状況により中止期間延長となることも考えられますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

【お問合せ】高齢福祉課 高齢福祉グループ ☎63-1111 内線127