

令和8年度 健康福社会館運動教室 週間予定表(令和8年4月～)

	月	火	水	木	金
午前	健幸づくり教室 会場：大ホール 10:00～11:30	やさしい 健幸づくり教室 会場：大ホール 10:00～11:30	ゆうゆう体操 9:30～10:30 ゆうゆう会 10:45～11:45 会場：大ホール	健幸づくり教室 (男性歓迎枠) 会場：大ホール 10:00～11:30	健幸づくり教室 会場：大ホール 10:00～11:30
午後		ゆうゆう体操 会場：大ホール 13:30～14:30			
夜間					健幸づくり教室 (心身のリフレッシュ) 会場：おひさまルーム 19:00～20:00