

府中市地域包括支援センター安立園 イベント情報

すべて【事前申込制】になります お問い合わせ・お申込先：☎ 367-0550

12月



参加は無料です

月曜日～土曜日(9:00～17:30)



☎	曜日	名称	会場	人数	申込開始
☎ 又は ☎	2日(月) 14:00～15:00	健康フラダンス (動きやすい服装【持ち物】水分・タオル)	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	11月11日(月) 午前9時から
	3日(火) 10:00～10:45	写し書き講座(26) (百人一首 49～50番) (【持ち物】筆ペンや文鎮があればご持参下さい)	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	11月11日(月) 午前9時から
	5日(木) 10:00～10:45	チェアヨガ(座位) (動きやすい服装と靴【持ち物】水分・タオル)	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	11月13日(水) 午前9時から
	6日(金) 10:00～10:45	理学療法士 が教えます 冬場の体調管理 と 自宅での体操 (【持ち物】水分)	中央文化センター 3階第2講堂	15名 (事前申込)	11月18日(月) 午前9時から
	16日(月) 14:00～15:00	森井二三代先生の 歌を歌って脳活性化!! (動きやすい服装と靴【持ち物】水分・タオル)	中央文化センター 3階第2講堂	12名 (事前申込)	11月25日(月) 午前9時から
☎ 限定	17日(火) 10:00～10:45	やってみよう!! スマホでインターネット検索	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	3名 (事前申込)	11月27日(水) 午前9時から
☎ 又は ☎	23日(月) 13:30～14:15	チェアヨガ(座位) (動きやすい服装と靴【持ち物】水分・タオル)	中央文化センター 3階第2講堂	15名 (事前申込)	11月27日(水) 午前9時から

《お知らせ》 2次元コードの申込で、複数申込ができるようになりました!!

申込開始日時以降なら24時間受付が可能ですので、ぜひ、スマホで2次元コードを読み取って入力し、お申込ください。スマホ講座は電話になります。

※お電話での受付は、上の表の『申込開始』日時からです。



12月の講座(スマホ講座以外)

2次元コード(複数回答可)

※11月11日(月)の申込
から受付開始します。



メール*

返信に表示するメールアドレスとして
[]@gmail.com を記録する

ここをチェック☑すると、
返信メールが届きます!!



☎ 介護予防担当 ☎