

令和7年度

ほがらか教室

- ◆場所 やすらぎ荘
- ◆時間 10:30～11:30
- ◆内容 ストレッチ・筋力強化運動
- ◆日程



月	実施日	
4月	10	24
5月	8	22
6月	12	26
7月	10	24
8月	7	28
9月	11	25
10月	9	23
11月	13	27
12月	11	25
1月	8	22
2月	12	26
3月	12	19

◆お問い合わせは やすらぎ荘 ☎36-1846 または
志賀町包括支援センター(志賀町役場健康福祉課内) ☎32-9132