

長島福祉健康センター 健康ケア・教室予定表



- 時間はいずれも10時～11時30分、もしくは12時
- 利用料は1回100円（保険料）
- ※折り紙教室に関しては別途材料代が必要となる場合があります

月	火	水	木	金
		1日 折り紙教室	2日	3日 練功
6日 音楽で健康！	7日	8日 太極拳	9日	10日 ヨガ
13日 創作・手芸	14日	15日	16日	17日 練功
20日	21日	22日 太極拳 (健康教育室)	23日 ※祝日	24日 ※祝日
27日	28日	29日	30日	31日 ヨガ

★創作・手芸カフェ→生活相談室 ★音楽で健康・練功・太極拳→教養娯楽室
 ※新型コロナウイルス感染症防止の為、自宅での検温・マスクの着用をお願いします。体調に不安のある方の参加はご遠慮ください。マスクの使用に関しては講師の方の指示に従ってください（音楽で健康・練功・太極拳）。
 ※「カフェなかよし」は新型コロナウイルス感染症防止の観点から当面の間休止します。熱中症対策の為、水分は各自でご持参ください。
 ※手指消毒・換気・距離の確保等、感染対策を実施した上での開催となります

