

# ◆ かすみがうら市シルバーリハビリ体操教室 一覧 ◆

※日程は、都合により変更となる場合があります。

〈令和6年度〉

会 場	開 催 日	開 催 時 間
下稻吉コミュニティセンター（働く女性の家）	毎週 月曜日	10：00～11：00
大塚ふれあいセンター	毎週 月曜日	13：00～14：00
霞ヶ浦コミュニティセンター（あじさい館）	毎週 火曜日	13：00～14：00
千代田コミュニティセンター（旧志筑小学校）	第2・4 火曜日	10：00～11：00
やまゆり館	第1・2・3・4 金曜日	10：00～11：00
新生ふるさとコミュニティセンター	第1・3 月曜日	10：00～11：00
岩坪集落センター	第2・4 月曜日	10：00～11：00
中志筑集落センター	第2・4 月曜日	10：00～11：00
柏崎コミュニティセンター	第2 火曜日	10：00～11：00
赤塚農村集落センター	第2 火曜日	10：00～11：00
東野寺集落センター	第4 火曜日	10：00～11：00
下佐谷集落センター	第1 火曜日	13：00～14：00
松本集落センター	第1・2・4 火曜日	13：30～14：30
戸崎集落センター	第2・4 火曜日	13：30～14：30
上高谷集落センター	第2 火曜日	13：30～14：30
上佐谷集落センター	最終 火曜日	10：00～11：00
柳梅集落センター	第2・4 水曜日	10：00～11：00
房中公民館	第2 木曜日	10：00～11：00
大塚地区公民館	第4 木曜日	10：00～11：00
志土庫第2コミュニティステーション	第4 木曜日	10：00～11：00
安飾地区公民館	第1 木曜日	11：00～12：00
第2千代田南集会所	第1・3 金曜日	10：00～11：00
馬立集落センター	第2 金曜日	10：00～11：00
清水公民館	第2・4 金曜日	10：00～11：00
深谷公民館	第2・4 金曜日	10：00～11：00
トーホーランド集会所	第2・4 金曜日	10：00～11：00
牛渡下郷集落センター	第3・4 土曜日	9：45～11：00
シティーナ神立	第4 土曜日	10：00～11：00
上土田集落センター	毎月15日	10：00～11：00

※初めての方でも、ご自身の体調に合わせて無理なく参加できます。

※予約は必要ありません。お気軽にお近くの会場までお出かけください。

❀問合せ先❀

かすみがうら市シルバーリハビリ体操指導士の会会長 村松 電話：090-4967-4284

かすみがうら市地域包括支援センター

電話：029-898-9110（直通）

無料です。

