令和6年度いきいきにこにこ教室

	内容 13：30～ 15：00	浅江		島田		三島		光井		室積		大和	
		自彊術 （第１水曜日）	健康体操 （第３水曜日）	健康体操 （第１水曜日）	ゆる体操 （第４水曜日）	ゆる体操 （第２水曜日）	健康体操 （第４水曜日）	生命の貯蓄 （第１水曜日）	生命の貯蓄 （第３水曜日）	生命の貯蓄 （第１金曜日）	健康体操 （第３金曜日）	健康体操 （第１金曜日）	健康体操 （第３木曜日）
４月	開講式	３日	１７日	３日	２４日	１０日	２４日	３日	１７日	５日	１９日	５日	１８日
５月		１日	☆２２日	１日	２２日	８日	２２日	１日	１５日▲	☆１０日	１７日	☆１０日	１６日
６月		５日	１９日	５日	２６日	１２日	２６日	５日	１９日	７日	２１日	７日	２０日
７月		３日	１７日	☆１０日	２４日	１０日	２４日	３日	１７日	５日	１９日	５日	１８日
８月		７日			２８日		２８日	７日		２日		２日	
９月		４日	１８日	４日	２５日	１１日	２５日		１８日	６日	２０日	６日	１９日
１０月		２日	１６日	２日	２３日	９日	２３日	☆２３日	１６日	４日	１８日	４日	１７日
１１月		６日	２０日	６日	２７日	１３日	２７日	６日	２０日	１日	１５日	☆８日	２１日
１２月		４日	１８日	４日		１１日		４日◎	☆１１日	６日	２０日	６日	１９日
１月			☆２２日	☆８日	２２日	８日	２２日	☆８日	１５日		１７日		１６日
２月		５日	１９日	５日	２６日	１２日	２６日	５日	１９日	７日	２１日	７日	２０日
３月	閉講式	５日	１９日	５日	２６日	１２日	２６日	５日	１９日	７日	２１日	７日	☆２７日
会場		浅江コミセン		島田コミセン		三島コミセン		あいぱーく光		室積コミセン		大和コミセン	
		大ホール		中会議室		ホール		健診ホール/ ▲いきいきホール/◎和室		大ホール		大ホール	
問い合わせ先 申し込み先		ワーカーズコープ山口 （0833-77-1966）		シルバー人材センター （0833-71-0940）		ワーカーズコープ山口 （0833-77-1966）		東部地域包括支援センター		リハステーション室積 （0833-48-5588）		ワーカーズコープ山口 （0833-77-1966）	
定員		３０名程度		３０名程度		３０名程度		３０名程度		３０名程度		３０名程度	