

# 7月予定表



老人福祉センター ☎ 971-0462  
 《いきいきシニア・ふれあいセンター》  
 〒411-0022 三島市川原ヶ谷839-1

日	月	火	水	木	金	土
※ カラオケの利用はできません。					◆ 1 👉 無料バス	◆ 2 👉
◎ 3 👉	◆ 4 👉	◎★ 5 👉	◎ 6 👉	◎ 7 👉	◆ 8 👉 無料バス	◆ 9 👉
◎ 10 👉	◆ 11 👉	◎★ 12 👉	◎★ 13 👉	◎ 14 👉	◆ 健 15 👉 無料バス	◆ 16 👉
◎ 17 👉	◎ 18 👉 海の日	◆ 19 👉	◆ 20 👉	◎ 21 👉	◆ 22 👉 無料バス	◆ 23 👉
◎ 24 👉	◆ 25 👉	◎ 26 👉	◎★ 27 👉	◆ 28 👉	◆ 29 👉 無料バス	◆ 30 👉
◎ 31 👉						
凡例	◎シニアクラブ等	休館日	◆個人	★講習等	👉入浴	△身障の日
					※お知らせ	

## ★ 健康・教養講座

5日(火)「骨を元気に保つコツ」(10:00~10:30)

12日(火)「三島マジック」(10:00~10:45)

13日(水)「気持ちいいヨガ」(10:00~10:45)

27日(水)「口の中の健康」(10:00~10:30)

(健) 健康サロン(10:30~11:30, 13:30~14:30)

団体は団体利用日に、個人は15日金曜日に実施します。

※ 入浴の際は、タオル・石けん・シャンプー等をご持参下さい。

開館時間 9:00~16:00 入浴時間 10:00~15:30