

令和6年度 健康運動 “ラベンダー” 教室日程表

B2 教室

会 場 げんき21 多目的ホール
 武道館アリーナ
 時 間 13:30~15:00
 スタッフ 3B 体操指導者 渡辺 香織
 保健師または看護師



回数	日程	曜日	先生
1	5月 9日	木	渡辺 先生
2	5月23日	木	
3	6月 6日	木	
4	6月20日	木	
5	7月 4日	木	
6	7月18日	木	
7	8月22日	木	
8	9月 4日	木	
9	9月19日	木	
10	10月 3日	木	

回数	日程	曜日	先生
11	10月17日	木	渡辺 先生
12	10月31日	木	
13	11月14日	木	
14	11月28日	木	
15	12月12日	木	
16	1月16日	木	
17	1月30日	木	
18	2月13日	木	
19	2月27日	木	
20	3月13日	木	

- ※今年度のラベンダー教室は、渡辺先生が担当します。音楽や道具を使った体操を中心とした運動を行います。
- ※実施時間は、木曜日の13:30~15:00に変更になりましたので、ご注意ください。
- ※会場は、げんき21、武道館で全20回実施予定ですが、各行事等の関係で変更となる可能性があります。ご了承のほどお願い申し上げます。
- ※動きやすい服装と運動靴、タオル、水分補給のための飲み物を用意してください。
- ※初回教室参加時に、スポーツ保険料・雑費として、500円を徴収いたします。

連絡： 遠軽町地域包括支援センター Tel 42-9988
 遠軽町社会福祉協議会 Tel 42-0317

