

平成29年度

ゆうゆう保健室（健康相談）



◆内 容 血圧測定等を実施しています。
その他健康、介護に関する相談もお受けいたします。

◆時 間 午前10時00分～午後11時30分

◆日 程 すべて火曜日

月	日	月	日
4月	4	10月	3
	18		24
5月	16	11月	7
	23		21
6月	6	12月	5
	20		19
7月	11	1月	16
	25		30
8月	8	2月	6
	29		20
9月	5	3月	6
	12		20

平成29年度

パドル体操教室



◆内 容 椅子に腰をかけたままできる運動です。
楽しく気持ちよく体を動かしましょう。

◆時 間 午前11時00分～午後12時00分

◆日 程 すべて火曜日

月	日	月	日
4月	4	10月	3
	18		24
5月	16	11月	7
	23		21
6月	6	12月	5
	20		19
7月	11	1月	16
	25		30
8月	8	2月	6
	29		20
9月	5	3月	6
	12		13

お問い合わせ ☎ 53-0526（悠友館）