


**9月 高岡ふしき包括ケア講座 予定一覧**

日	月	火	水	木	金	土
<b>伏木地区</b> (コ)伏木コミュニティセンター (老)伏木老人福祉センター (一)伏木一宮公民館 (如意)如意の里	<b>古府地区</b> (古)市立古府公民館 (若草)若草公民館 (万)万葉町公民館 (矢南)矢田南台公民館 (古一)古府第一公民館	<b>太田地区</b> (太)太田公民館 (道)道の駅雨晴	1 <b>防災の日</b>  	2 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(老)	3  人 10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古) 人 10:00~11:00 若草ストレッチ教室(若草)	4
5  	6	7	8	9	10 人 9:30~10:00 道の駅ラジオ体操(道) 人 10:00~11:00 若草ふれあい教室(若草) 人 10:00~11:30 万葉町教室(万) 人 14:30~15:30 きらめき運動教室(コ)	11  
12	13 人 10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室(矢南) 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(一)	14 人 10:00~11:00 おたっしや健康教室(太)	15	16 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(コ)	17 人 10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古) 人 10:00~11:00 若草ストレッチ教室(若草)	18
19  	20 <b>敬老の日</b>  	21 <b>十五夜</b>  	22	23 <b>秋分の日</b>  	24 人 10:00~11:00 若草ふれあい教室(若草) 人 10:00~11:30 万葉町教室(万) 人 14:30~15:30 きらめき運動教室(コ)	25  
26  	27 人 10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室(矢南)	28	29	30  	人 運動教室 講演  喫茶	