



高岡ふしき包括ケア講座 予定一覧



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 文化の日  15:30~15:00 オレンジ倶楽部(雨晴クリニック) ⇒定員数になりましたので新規募集は行いません。 	4  10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(老)	5  10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古)  10:00~11:00 若草ストレッチ教室(若草)	6  9:30~10:00 道の駅ラジオ体操(道)
7	8  10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室(矢南)  10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(一)	9  10:00~11:00 おたっしや健康教室(太)	10	11 	12  10:00~11:00 若草ふれあい教室(若草)  10:00~11:30 万葉町教室(万)  14:30~15:30 きらめき運動教室(コ)	13 
14 	15	16	17	18  10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(コ)  14:00~16:00 JCHO高岡ふしき病院福祉・介護・医療情報交換会(コ) 	19  10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古)  10:00~11:00 若草ストレッチ教室(若草)	20  10:00~12:00 オレンジ倶楽部(コ) ⇒事前予約制
21	22  10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室(矢南) 	23 勤労感謝の日 	24	25	26  10:00~11:00 若草ふれあい教室(若草)  10:00~11:30 万葉町教室(万)  14:30~15:30 きらめき運動教室(コ)	27 
28 	29 	30 伏木地区 (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 古府地区 (古)市立古府公民館 (矢南)矢田南台公民館 (若草)若草公民館 (古一)古府第一公民館 (万)万葉町公民館 太田地区 (太)太田公民館 (道)道の駅雨晴				



運動教室



講演



喫茶