



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 人 10:00~11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	5 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(老)	6 人 9:30~11:00 若草ストレッチ教室(若草) 人 10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古)	7
8 	9 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(一) 人 10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室 (矢南)	10 人 10:00~11:00 おたっしや健康教室(太) 人 19:00~20:30 JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ：PPIの功罪 演者：JCHO高岡ふしき病院 消化器内科医長 小林 才人 【医師会関係者】	11 人 10:00~11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	12	13 人 9:30~11:00 若草ストレッチ教室(若草) 人 10:00~11:20 万葉町教室(万)	14 人 13:30~14:30 古府第一はつらつラジオ体操の会 (古一)
15	16	17	18 人 10:00~11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新)	19 人 10:00~11:00 伏木ふれあい健康教室(コ)	20 人 9:30~11:00 若草ストレッチ教室(若草) 人 10:00~11:00 古府筋力アップ教室(古)	21 冬至
22 	23 人 10:00~11:00 矢田南台おたっしや健康教室 (矢南)	24 人 11:00~11:30 健康教室(JCHO高岡ふしき病院) テーマ：「健康のために日常生活で 気を付けること」 講師：JCHO高岡ふしき病院 看護師	25 クリスマス 人 10:00~11:00 矢田新町はつらつ体操教室 (矢新) 	26	27 人 9:30~11:00 若草ストレッチ教室(若草) 人 10:00~11:20 万葉町教室(万)	28
29 	30	31 大晦日 よいお年を	運動教室 症例検討会 【医師会関係者】 講演 	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 古府地区 (古)市立古府公民館 (古一)古府一公民館 (若草)若草公民館 (矢南)矢田南台公民館 (矢新)矢田新町公民館 (万)万葉町公民館 太田地区 (太)太田公民館		

【 協 賛 】 こふの希、ケアホームかたかごの郷、社会福祉法人伏木会 ふしき苑、社会福祉法人永寿会 雨晴苑、宇野内科医院、久賀内科クリニック、稲尾医院、医療法人社団明寿会/雨晴クリニック、真生会伏木クリニック、JCHO高岡ふしき病院