



日	月	火	水	木	金	土
		1 10:30~11:30 うえるかむ教室	2 10:00~11:00 富岡健康体操教室 (富岡町公民館)	3 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館) 10:00~11:00 八ヶはつらつ体操 (八ヶ公民館) 13:00~14:00 下二上やわやわ体操 (下二上公民館)	4	5 
6	7 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	8 19:00~20:30  JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ: 胃腸について - 造設から管理まで - 演 者: JCHO高岡ふしき病院 副院長 宮崎 幹也【医師会関係者】	9 10:00~11:30 万葉ふれあいサロン (歩こう会) 10:00~11:00 青葉のびのび体操教室 (青葉町公民館)	10 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館)	11 10:00~11:00 能町あゆみの会はつらつ広場 (能町自治公民館) 10:30~11:30 五十里東町健康体操教室 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室	12
13 	14 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	15 10:30~11:30 うえるかむ教室	16 10:00~11:00 富岡健康体操教室 (富岡町公民館)	17 10:00~11:00 八ヶはつらつ体操 (八ヶ公民館) 13:00~14:00 下二上やわやわ体操 (下二上公民館)	18	19
20	21 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	22	23 10:00~11:00 青葉のびのび体操教室 (青葉町公民館)	24	25 10:00~11:00 能町あゆみの会はつらつ広場 (能町自治公民館) 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室	26
27 	28 9:30~11:00 荻布はつらつ教室 (荻布公民館)	29 昭和の日 	30			

協 賛 旭ヶ丘内科クリニック、高岡内科クリニック、サンバリー高岡病院、二上万葉苑、グループホームむら花、ケアホーム二上あいの風

