



日	月	火	水	木	金	土
				1 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館) 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館)	2	3 憲法記念日
4 みどりの日 	5 こどもの日	6 振替休日	7	8 10:00~11:00 ルンルン体操教室 (角公民館)	9 10:00~11:30 能町あゆみの会 (能町自治会公民館) 10:30~11:30 五十里東町体操教室 (五十里東町公民館) 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室 (東海老坂公民館)	10
11 	12	13  19:00~20:30 JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ: 甘草副作用研究が解いた内分泌学の謎とは? 演 者: JCHO高岡ふしき病院 名誉院長 加藤 弘巳【医師会関係者】	14 10:00~11:30 万葉ふれあいサロン: 料理教室 (二上地域交流センター) 10:00~12:00 ふれあいいきいきサロン筋力アップ教室 (吉久公民館) 10:00~11:00 青葉町のびのび体操教室 (青葉町公民館)	15 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館) 13:00~14:00 下二上やわやわ体操 (下二上公民館)	16	17
18	19	20	21	22 10:00~11:00 ハケはつらつ体操 (ハケ公民館)	23 10:00~11:30 能町あゆみの会 (能町自治会公民館) 10:30~11:30 五十里東町体操教室 (五十里東町公民館) 14:00~15:00 東海老坂健康体操教室 (東海老坂公民館)	24
25	26	27 10:00~11:00 ふれあいいきいきサロン筋力アップ教室 (能町自治会公民館)	28 10:00~11:00 青葉町のびのび体操教室 (青葉町公民館)	29	30	31 

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

