



日	月	火	水	木	金	土
	1 	2	3  10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室 （矢新）	4	5  10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（コ）  10：00～11：00 若草ストレッチ教室（若草）  0：00～11：00 古府筋力アップ教室（古）	6
7 	8  10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（一）  10：00～11：00 矢田南台おたっしや健康教室 （矢南）	9  10：00～11：00 おたっしや健康教室（太）  19：00～20：30 JCHO高岡ふしき病院症例検討会 テーマ：慢性肝炎 演 者：JCHO高岡ふしき病院 消化器内科 小林 才人【医師会関係者】	10  10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室 （矢新）	11	12  10：00～11：00 若草ストレッチ教室（若草）  10：00～11：30 万葉町教室（万）	13  13：30～14：30 古府第一はつらつラジオ体操の会 （古一）
14 	15	16	17  10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室 （矢新）	18  10：00～11：00 伏木ふれあい健康教室（コ）	19  10：00～11：00 若草ストレッチ教室（若草）  10：00～11：00 古府筋力アップ教室（古）	20 
21	22  10：00～11：00 矢田南台おたっしや健康教室 （矢南）	23  11：00～11：30 健康教室(JCHO高岡ふしき病院) テーマ：「フレイル予防のための運動」 講師：JCHO高岡ふしき病院 理学療法士 ※リハビリ室で開催	24  10：00～11：00 矢田新町はつらつ体操教室 （矢新）	25 	26  10：00～11：00 若草ストレッチ教室（若草）  10：00～11：30 万葉町教室（万）	27  13：30～14：30 古府第一はつらつラジオ体操の会 （古一）
28 	29	30 	31 	 運動教室  講演  症例検討会 【医師会関係者】		
				伏木地区 (コ)伏木コミュニティセンター (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、リゾートビラ雨晴、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