

元気アップ体操 指導員養成講座開催

市内28教室で開催している介護予防体操「元気アップ体操」で一緒に活動していただく指導員さんの養成講座を開催。指導員養成講座を受講して、地域のために一緒に活動してみませんか？

8/23(水) 申込
〆切



活動の様子

参加や体験も募集中
教室は裏面をご覧ください

申込対象者

○講座修了後に指導員として地域活動に参加できる方

日程

10/5(木)、10/19(木)、11/2(木)
11/9(木)、11/16(木)
午前10時～午後3時(昼食各自)

会場

【10/5・11/16】
龍ヶ崎市社会福祉協議会1階大会議室
【10/19・11/2・11/9】
サプラスクエア2階多目的室

その他

○申込された方には、詳細通知を郵送
○全日程参加を基本とします

【申込・問合せ先】
龍ヶ崎市 健康増進課(保健センター)
龍ヶ崎市馴馬町2855番地
☎0297-64-1111(内線634)

令和5年度 元気アップ体操教室一覧

会場名		開催日	開始時間	終了時間
馴柴コミュニティセンター	元気アップ	第1・3火曜日	9:30	11:30
	パンダの会	第2・4水曜日	13:30	15:30
	貯筋の会	第1・3金曜日	10:00	12:00
佐貫東会館		第2・4月曜日	9:30	11:30
佐貫西会館		第1・3金曜日	10:00	11:30
		第2・4金曜日	9:30	11:30
龍ヶ崎コミュニティセンター		第1・3水曜日	10:00	11:30
大宮コミュニティセンター		第2～4火曜日	10:00	11:30
長戸コミュニティセンター		毎週木曜日	10:00	11:45
八原コミュニティセンター		第1・3水曜日	13:30	15:30
		第1・3金曜日	10:00	11:30
龍ヶ崎西コミュニティセンター		第1・3火曜日	13:30	15:30
		第2・4火曜日	13:30	15:00
川原代コミュニティセンター		第2・4木曜日	13:30	15:30
北文間コミュニティセンター		休止中		
松葉コミュニティセンター		第2・4金曜日	13:30	15:30
長山コミュニティセンター		第1・3水曜日	13:30	15:30
馴馬台コミュニティセンター		第1・3金曜日	10:00	11:30
久保台コミュニティセンター		第1～4火曜日	13:30	15:30
		第1・3金曜日	10:00	11:30
城ノ内コミュニティセンター		第2・4木曜日	10:00	12:00
元気サロン松葉館		毎週月曜日	10:40	11:40
		毎週水曜日	10:40	11:40
市民活動センター		第1～4金曜日	13:30	15:30
高砂公民館		第2・4水曜日	13:30	15:30
社協佐貫西口支所		第1・3月曜日	9:00	10:30
		第1・3月曜日	10:30	12:00
		第2・4水曜日	11:00	12:00

※詳細は各教室にお問合せください。