

フリースペース



に遊びにきませんか？

1月



月	火	水	木	金
2 	3	4 健康麻雀	5 	6 フリーの時間 チキンフット
10 フリーの時間 いきいき百歳体操	11 健康麻雀	12 休	13 フリーの時間	
16 フリーの時間 健康麻雀	17 フリーの時間 いきいき百歳体操	18 健康麻雀	19 休	20 フリーの時間 チキンフット
23 フリーの時間 笑いヨガ	24 フリーの時間 いきいき百歳体操	25 健康麻雀	26 休	27 フリーの時間
30 フリーの時間 健康麻雀	31 フリーの時間 いきいき百歳体操	<p>本年もよろしく お願い申し上げます</p>		

2月

月	火	水	木	金
		1 健康麻雀	2 休	3 フリーの時間 チキンフット
6 フリーの時間 笑いヨガ	7 フリーの時間 いきいき百歳体操	8 健康麻雀	9 休	10 フリーの時間

笑いヨガ開催

笑いの体操とヨガの呼吸法を合わせた
誰でも簡単にできる笑いの健康法です

日時：1月23日(月)・2月6日(月)・20日(月)
13:30~15:00

*全3回、一回のみの参加も可能

定員：各回10名程度(先着順)

*事前のお申込みをお願いします

参加無料



フリースペース

場 所：農村環境改善センター 2階和室

開所時間：月曜~金曜(祝日・木曜除く)

10:00~16:00

お問い合わせ先

波佐見町社会福祉協議会

TEL: 0956-85-2240