

令和6年度 下半期 コミュニティよこやま・しもくざわ「憩（いこい）」予定



コミュニティよこやま「憩」

会場：タウンハイツ集会所（横山台 2-2-2）

百歳体操	毎週 月曜	10:00~12:00
ストレッチ体操	第1,3金曜	10:30~11:30
わなげ	第1金曜	13:30~15:00
ポッチャ	第3金曜	13:30~15:00
よこやま体操	第2,4金曜	13:30~



コミュニティしもくざわ「憩」

会場：下九沢団地集会所（下九沢 727-6）

わなげ・ポッチャ 第4水曜 10:00~11:30



※祝日はお休みです
※予定変更の可能性があります

10月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
2月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
3月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/ 30	24/ 31	25	26	27	28	29

～詳しくは下記にお問い合わせください！～

横山地区社会福祉協議会（横山公民館内）

電話/FAX **042-756-7711**（平日）午前9時～午後5時