

【日程・会場】

	①下延コミュニティセンター (オレンジカフェと合同開催)	②健康管理センター
1回目	9月16日(火)	9月17日(水)
2回目	10月21日(火)	10月1日(水)
3回目	11月18日(火)	11月5日(水)
4回目	12月16日(火)	12月17日(水)
5日目	1月20日(火)	1月14日(水)

	③白岩コミュニティセンター (旧白岩小学校)	④中川コミュニティセンター (旧中川小学校)
1回目	9月19日(金)	9月24日(水)
2回目	10月24日(金)	10月22日(水)
3回目	11月21日(金)	11月19日(水)
4回目	12月19日(金)	12月24日(水)
5日目	1月16日(金)	1月21日(水)

【受付時間】午後1時～1時20分 【終了時間】午後3時

※下延コミュニティセンターは午後2時～4時に開催

【申込締切】 ①9月9日(火)まで ②9月10日(水)まで
 ③9月12日(金)まで ④9月17日(水)まで

【持ち物】

国保市民課で配布している青色袋、あんしん手帳(お持ちの方)
 飲み物、動きやすい服装
 めがね(必要な方)



西木・田沢湖地区でも開催します。
 お住まいの地区にかかわらず、
 どの会場でも参加できます。

途中から参加も大歓迎!!
 まずはお問い合わせください。