

2025年9月



みんな、おいでえ



SEPTEMBER

令和7年

日

月

火

水

木

金

土

	1 仏滅	2 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	3 スローエアロビック 10:00~11:00	4 お茶の間サークル 9:30~11:30	5 パソコンで遊ぼう 10:00~11:00 健やか太極拳 (♡初心者) 10:30~12:00	6 先負
7 仏滅	8 大安	9 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	10 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 ぶらぶら体操@養老 11:00~12:00 スローエアロビック 10:00~11:00	11 お茶の間サークル 9:30~11:30	12 大安 健やか太極拳 (♡初心者) 10:30~12:00	13 仏滅
14 大安	15 敬老の日 赤口	16 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	17 スローエアロビック 10:00~11:00	18 お茶の間サークル 9:30~11:30	19 仏滅 健やか太極拳 (♡初心者) 10:30~12:00	20 大安
21 赤口	22 友引	23 秋分の日	24 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 ぶらぶら体操@養老 11:00~12:00 スローエアロビック 10:00~11:00	25 お茶の間サークル 9:30~11:30	26 ちょこボラ 10:00~11:30 健やか太極拳 (♡初心者) 10:30~12:00	27 先勝
28 友引	29 先負	30 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00				



◎「パソコンであそぼう」要予約

※その他は予約不要・参加費無料

◎健やか太極拳「海風」 参加費 500円

◎「スローエアロビック」 参加費 500円

お問合せは宮津市社会福祉協議会 22-2090 まで