

かがやき長寿ひろば やなか 8月予約受付状況

令和8年8月12日（水）16:30現在

開催日時		教室・サロン名	募集 人数
8/5（水）	10:00～	かがやき長寿体操	7名
	13:30～	講話サロン（薬膳・夏編）	9名
	15:15～	健やか全身運動（30分）	11名
8/7（金）	10:00～	やってみよう！ 日舞	3名
	13:30～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	7名
	14:45～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	7名
8/12（水）	10:00～	ストレッチ&タオル体操	14名
	13:30～	かがやき長寿体操	6名
	14:45～	パズルで脳トレ	12名
8/14（金）	10:00～	やってみよう！ 日舞	6名
	13:30～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	5名
	14:45～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	8名
8/19（水）	10:00～	かがやき長寿体操	8名
	13:30～	ストレッチ&タオル体操	11名
	14:45～	大人のぬり絵	10名
8/21（水）	10:00～	セルフつぶ押し	0名
	13:30～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	8名
	14:45～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	8名
8/26（金）	10:00～	ストレッチ&タオル体操	19名
	13:30～	大人のぬり絵教室 塗り方講座 色鉛筆編	0名
8/28（水）	10:00～	思い出ソングで脳活&リラックス！ 歌サロン	5名
	13:30～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	8名
	14:45～	立って楽しむ タオル体操&リズム体操	7名