

2025年度 湿美地域ネットワーク委員会 行事予定表

| 月 | 日 | 曜 | 時間 | 行事名 | 参加費 |
|----|-----|-----|--------|--|---|
| 1月 | 9日 | (金) | 10：30～ | 畠先生 脳トレ | 介護予防 |
| | 16日 | (金) | 11：00～ | voice 村上先生 | ☆650 ☆100 |
| | | | | | |
| 2月 | 2日 | (月) | 11：00～ | 歌・体操 明石先生 | ☆650 ☆100 |
| | 6日 | (金) | 10：30～ | ダンス  | 介護予防 |
| | 20日 | (金) | 11:00～ | 防災の話 中央消防署河上様 | ☆650 ☆100 |
| 3月 | 2日 | (月) | 11:00～ | 心身整体 金京子先生 | ☆650 ☆100 |
| | 6日 | (金) | 10：30～ | おなか元気塾 ヤクルト | 介護予防  |
| | 16日 | (月) | 11:00～ | フレッシュ脳活 宮本 恒先生 | ☆650 ☆100 |

湿美地域ネットワーク委員会事務局

所在地： 南船場会館（老人憩いの家） 中央区南船場3-7-12

電 話： 080-9302-3221 湿美地域福祉コーディネーター 山内

時 間： 午前10：00～午後4：00（月～金）