2024年5月

のおらせ

～なくのペースでをかし

ともリフレッシュしませんか～



●●　ふれあいプラザ

●●　13:30 ～ 15:00

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| 5月28日（火） | 100と | さん |
| 6月25日（火） | こつこつ（）エクササイズ | さん |
| 7月23日（火） | 100とトレ |  |
| 9月24日（火） | こつこつ（）エクササイズ | さん |
| 10月22日（火） | 100と | さん |
| 11月26日（火） | 100とトレ |  |
| 12月17日（火） | 100と | さん |
| 2025年1月28日（火） | 100とトレ |  |
| 2月25日（火） | 100とトレ |  |

【せ】 コミュニティセンター

TEL （084）934-3445

メール　kamura-community@city.fukuyama.hiroshima.jp