



2019年

# 6月 元気づくり体験 日程表

当日受付となっております  
お気軽にご参加ください

コース名	日/曜 時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
		土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
元気交流館コース	9:30~11:00					○		●					●			
楽しむ拠点コース	9:30~11:45 あじさいは 13:30~15:45			いこい	あじさい	員弁	大安				いこい	あじさい	員弁	大安		
リフレッシュ タイム (会場:いこい)	13:30~14:00			○	○		○				○	○				
コース名	日/曜 時間	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
		日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
元気交流館コース	9:30~11:00				○		○					○		○		
楽しむ拠点コース	9:30~11:45 あじさいは 13:30~15:45		いこい	あじさい	員弁	大安				いこい	あじさい	員弁	大安			
リフレッシュ タイム (会場:いこい)	13:30~14:00		○	●		○				○	○		●			

**楽しむ拠点コース会場のご案内**

いこい・・・ふじわら高齢者生活支援センターいこい      あじさい・・・阿下喜温泉あじさいの里体験ホール  
員弁・・・員弁体育館      大安・・・大安体育館

★参加費  
いなべ市民 ⇒ 200円  
クラブ会員 ⇒ 100円  
その他 ⇒ 500円

○リフレッシュタイム ⇒ 2,400円(年間)  
1ヶ月単位でも受付致します。  
なお、会員は半額となります。

- ・日程に関しましては、変更になる場合がありますので、ご了承願います。
- ・持ち物：動きやすい服装、うわばき、飲み物、タオル等
- ・●は、体組成測定実施日です

まいまい運動・3種の神技・5呼吸10種のストレッチ等の他、下記のメニューで元気づくり体験を楽しめます。

**4～6月 ……バルビーチバレー**

一般社団法人元気クラブいなべ

〒511-0504 いなべ市藤原町川合790  
(ふじわら高齢者生活支援センターいこい内)  
TEL (0594) 46-8421 FAX (0594) 46-8424