

## 「ホッ湯 元気塾」

	開催月	火曜日 10:30~
湯中教室	4月	14日・21日・28日
	5月	12日・19日・26日
	6月	2日・9日・16日・23日・30日
	7月	7日・14日・21日・28日
	8月	4日・18日・25日
	9月	1日・8日・15日・29日
	10月	6日・13日・20日・27日
	11月	10日・17日・24日
室内運動※	12月	1日・8日・15日・22日
	1月	5日・12日・19日・26日
	2月	2日・9日・16日
	3月	2日・9日・16日・23日・30日

※冬季は安全対策のため、室内運動の教室開催となります。

場所は竹田市総合社会福祉センター内、参加費は無料です。

## お願い

- ・初めて参加の方は、問診を行います。身体状況によっては安全を考慮し、参加をご遠慮いただく場合があります。ご了承ください。
- ・教室参加者以外の一般来場者も参加することがありますので、ご理解とご協力をお願いします。