

令和8年度 三光元気の会 運動教室日程

※原則、定期研修会は第2月曜日、地域運動教室は第4月曜日です。

月日	時間	会場	内容	備考
4月13日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
4月27日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
5月11日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
5月25日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
6月8日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
6月22日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
7月13日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
7月27日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
8月10日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
8月24日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
9月14日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
9月28日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
10月5日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	第1月曜日
10月26日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
11月9日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援 ※11月に体力測定実施	
11月16日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	第3月曜日
12月7日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	第1月曜日
12月21日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	第3月曜日
1月18日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	第3月曜日
1月25日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
2月8日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
2月22日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	
3月8日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践 保健師支援	
3月15日(月)	9:30~11:30	三光コミュニティセンター	運動実践	第3月曜日