

すこやか塾 令和7年度（登録制です）

◆香月西部市民サブセンター◆

開催曜日 概ね金曜日

開催時間 13:30～15:30

回	月 日	内 容	講 師	備 考
1	6月20日	音楽に合わせて リフレッシュ体操	菊池先生	
	金曜日			
2	7月18日	スポーツ	大島先生	
	金曜日	「シャッフルボード」	体育委員	
3	8月22日	お口の元気度アップ	ペ・ソンホ 院長先生	
	金曜日		八幡歯科医師会「高見歯科医院」	
4	9月6日	「苔のテラリウム」を作ろう	花奏屋さん	
	土曜日			
5	10月17日	街中散歩(予定)	センター職員	
	金曜日	若松区or門司区(詳細未定)		
6	11月14日	チョー 腸・丈夫なからだ作り	ヤクルト出前講座	
	金曜日			
7	12月19日	お正月のしめ縄作り	小林圭子さん	
	金曜日		サブセンター主催	
8	1月16日	ヨガ	日野先生	
	金曜日			
9	2月20日	みんなで楽しくコーラス	上野マスター	
	金曜日			