

令和7年度

ふれあい健康教室・サークル

対象は概ね55歳から。講師：佐々木もと子氏 ほか



仁賀保公民館
10:00~11:30

4月	14	28
5月	12	26
6月	9	23
7月	14	28
8月	4	25
9月	8	22
10月	6	20
11月	10	
12月	8	22
1月	26	
2月	9	
3月	9	23



象潟体育館
10:00~11:30

4月	3	10	17	24	
5月	/	8	15	22	29
6月	5	12	19	26	
7月	3	10	17	24	31
8月	7	/	21	28	
9月	4	11	18	<u>25</u>	
10月	<u>2</u>	<u>9</u>	<u>16</u>	23	30
11月	6	13	20	27	
12月	4	11	18	25	
1月	/	8	15	22	29
2月	5	12	19	26	
3月	5	12	19	26	

・象潟公民館 ・ ~~体み~~

日程は変更になる場合があります

※網掛け部分が市主催日となります

サークル 象潟会場 年会費 1,500円 参加料1回100円
◆問合せ先 加藤 アイ子 43-4334
仁賀保会場 年会費1,000円 参加料1回200円
◆問合せ先 阿部 タエ子 090-7799-7448

市主催 参加料 1回100円 ◆問合せ先 スポーツ振興課 33-8855
2回目以降サークルへ入会をお願いします。