



まちなかサロン～第3期 筋力向上プログラム～

3か月間 スケジュール



令和6年10月(4回)								令和6年11月(3回)								令和6年12月(4回)						
日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5							1	2		1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9		8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16		15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23		22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29	30		29	30	31				



【時間】 13:30～14:30 (受付 13:00～)



申込みにあたっての注意事項

- 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。
また、既に本講座を受講済みの方が応募される場合は、新規受講となる応募者を優先させていただきます。
- 金曜日の13:30から開催している「まちなかサロン」にも申込みしていただけますが、重複して当選することはありません。



まちなかサロン～第3期筋力向上プログラム～申込用紙			
令和6年9月11日(水)必着			
ふりがな			年齢
申込者氏名			
生年月日	S . .	電話番号	
住所	〒		

- 個人情報については、松山市社会福祉協議会が定める「個人情報保護規程」に基づき、まちなかサロン以外の目的には使用しません。