



まちなかサロン～第1期 筋力向上プログラム～

3か月間 スケジュール



第1期(11回)																				
4月(3回)							5月(4回)							6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	3	1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30					



【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1期筋力向上プログラム～申込用紙

令和7年 3月11日(火) 必着

ふりがな		年齢	
申込者氏名			
生年月日		電話番号	
住所	〒		

- 電話番号は、日中連絡のつく番号をご記入ください。
- 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。