



まちなかサロン～筋力向上プログラム～



3 か月間 スケジュール

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

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

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



【時間】 15:00～16:00 (受付 14時45分～)



申込みにあたっての注意事項

- 体調に不安のある方は、申込みを控えていただくようお願いいたします。
- 13時30分から開催している「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～筋力向上プログラム～申込用紙

令和5年12月11月(月)必着

ふりがな		年齢	
申込者氏名			
住所			
電話番号			

- 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。