

# 1月の健幸事業一覧 (ポイント加算は1月分までです!)

参加して「健幸事業ポイント」をゲット!



※日程等は変更となる場合がありますので、お電話等でご確認ください。

月	日	曜	時 間	事 業 名	開催場所	問合せ先 (電話番号)
1	6	金	13:30 ~ 15:00	ロコトレ教室	高麗川公民館	高麗川地域包括支援センター 984-1362
	6	金	10:00 ~ 11:30	指圧・マッサージ・お灸 (指圧)	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	7	土	9:30 ~ 12:00	ハンドメイドハーブソープ教室	高萩北公民館	高萩北公民館 989-7322
	7	土	13:30 ~ 15:30	将棋さろん	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	10	火	13:30 ~ 15:00	ロコトレ教室	高麗川南公民館	高麗川地域包括支援センター 984-1362
	10	火	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	武蔵台公民館	高麗地域包括支援センター 982-0111
	12	木	13:30 ~ 15:30	パパ・ママ教室	子育て総合支援センター「ぬくぬく」	保健相談センター 985-5122
	13	金	9:00 ~ 12:00	定例健康ウォーキング	市内	高麗川公民館 989-9110
	13	金	13:30 ~ 15:00	ロコトレ教室	高麗公民館	高麗地域包括支援センター 982-0111
	13	金	10:00 ~ 11:30	指圧・マッサージ・お灸 (マッサージ)	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	14	土	10:00 ~ 12:00	やってみようポッチャ	高萩北公民館	高萩北公民館 989-7322
	14	土	13:30 ~ 15:00	夢いっぱい映画会	高萩北公民館	高萩北公民館 989-7322
	15	日	9:00 ~ 12:00	自然観察会	巾着田周辺	環境課 生活環境担当 989-2111 (代表)
	16	月	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	高萩北公民館	高萩地域包括支援センター 984-3001
	17	火	13:30 ~ 15:00	ロコトレ教室	高萩公民館	高萩地域包括支援センター 984-3001
	18	水	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	日高市文化体育館	高麗川地域包括支援センター 984-1362
	20	金	10:00 ~ 11:30	指圧・マッサージ・お灸 (お灸)	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	21	土	8:45 ~ 12:00	月例・高麗郷ブラ散歩	高麗公民館	高麗公民館 989-2381
	21	土	10:00 ~ 12:00	親子でオリジナルのマルちゃん焼そばをつくろう	高萩北公民館	高萩北公民館 989-7322
	21	土	10:00 ~ 11:30	コーディネーショントレーニング	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	21	土	13:30 ~ 15:30	将棋さろん	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950
	23	月	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	高麗川南公民館	高麗川地域包括支援センター 984-1362
	24	火	13:30 ~ 15:00	ロコトレ教室	武蔵台公民館	高麗地域包括支援センター 982-0111
	25	水	9:00 ~ 12:00	定例健幸ウォーキング	市内	高麗公民館 989-2381
	25	水	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	高麗公民館	高麗地域包括支援センター 982-0111
	25	水	10:00 ~ 11:00	ポッチャ体験教室	高麗川南公民館	高麗川南公民館 989-1000
	26	木	13:30 ~ 14:30	健幸食事術	高麗川南公民館	高麗川南公民館 989-1000
	27	金	10:00 ~ 11:30	はつらつ健幸教室	高萩公民館	高萩地域包括支援センター 984-3001
27	金	14:00 ~ 15:30	終活ですべきこと～相続対策に必要な準備～	武蔵台公民館	武蔵台公民館 982-2950	
28	土	9:00 ~ 12:00	手作り味噌教室	高萩北公民館	高萩北公民館 989-7322	
28	土	14:00 ~ 15:20	新春ジャズピアノライブ! 2023	高麗の郷	高麗公民館 989-2381	