

令和 7 年度 我がまま教室(集団健康教室)実施日程

【開催時間】13:30～15:00

【場所】2 階カンファレンスルーム(変更の場合あり)

いつでも人生ここから

元気に生きる達人教室

5月12日(月)

10月1日(水)

9月3日(水)

R8年2月6日(金)



ココロとカラダ

人とつながる栄養教室

4月11日(金)

10月10日(金)

9月12日(金)

R8年3月3日(火)

体力をつける・仲間をつくる・地域とつながる

「運！」DOする？教室

4月22日(火)

9月24日(水)

5月20日(火)

10月21日(火)

6月24日(火)

12月23日(火)

7月22日(火)

R8年2月24日(火)



※運動教室は、動きやすい服装・靴で参加をお願いします。

(更衣室は使用できません。)

※時間：13：30～15：00

※参加費：無料

お問い合わせ 土浦協同病院 予防医療センター

電話番号 029-846-3731

