

介護予防教室 日程															
地域	会場	曜日	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中央	市民センター	月	10:00-11:30	26日	24日	28日	26日	23日	27日	25日	22日	27日	24日	28日	28日
	泉町公民館	水	13:30-15:00	7日	12日	2日	7日	4日	1日	6日	10日	1日	5日	2日	2日
	上山荘	木	10:00-11:30	8日	6日	3日	1日	5日	2日	7日	4日	2日	6日	3日	3日
	西郷町公民館	金	13:30-15:00	16日	21日	18日	16日	20日	17日	15日	19日	17日	21日	18日	18日
北部	小船越町公民館	木	13:30-15:00	8日	13日	3日	8日	5日	9日	14日	11日	9日	13日	3日	3日
	西諫早公民館	金	10:00-11:30	16日	21日	18日	16日	20日	17日	15日	19日	17日	21日	18日	18日
	栄田町公民館	月	13:30-15:00	26日	24日	28日	26日	23日	27日	25日	22日	27日	24日	28日	28日
	本野ふれあい会館	火	13:30-15:00	27日	25日	22日	27日	31日	28日	26日	30日	21日	25日	22日	22日
西部	たらみ会館	水	13:30-15:00	14日	12日	9日	14日	18日	8日	13日	10日	8日	12日	9日	9日
	久山町公民館	火	10:00-11:30	13日	18日	15日	13日	17日	21日	19日	16日	21日	18日	15日	15日
	池下公民館(飯盛町)	月	10:00-11:30	5日	10日	7日	5日	2日	6日	4日	1日	6日	17日	7日	7日
	飯盛ふれあい会館	木	13:30-15:00	22日	27日	24日	29日	26日	30日	28日	25日	23日	27日	24日	31日
南部	宗方町公民館	水	13:30-15:00	21日	19日	16日	21日	18日	15日	20日	17日	15日	19日	9日	16日
	杉谷公民館(森山町)	火	10:00-11:30	6日	11日	1日	6日	3日	7日	5日	2日	7日	11日	1日	1日
	小栗ふれあい会館	金	13:30-15:00	9日	14日	11日	9日	20日	10日	8日	12日	10日	14日	4日	11日
	平山町公民館	木	10:00-11:30	15日	13日	10日	8日	19日	9日	14日	11日	9日	13日	10日	10日
東部	おがたま会館	水	13:30-15:00	28日	26日	23日	28日	25日	22日	27日	24日	22日	26日	16日	23日
	長田みのり会館	金	10:00-11:30	9日	7日	4日	2日	6日	3日	1日	5日	3日	7日	4日	4日
	黒崎公民館(高来町)	木	13:30-15:00	15日	20日	17日	15日	19日	16日	21日	18日	16日	20日	17日	17日
	御手水町公民館	火	13:30-15:00	6日	11日	1日	6日	3日	7日	5日	2日	7日	11日	1日	1日

若返り体操教室 日程															
地域	会場	曜日	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中央	市民センター	火	13:30-15:00	13日	11日	8日	13日	10日	14日	12日	9日	14日	11日	8日	8日
北部	西諫早公民館	水	13:30-15:00	7日	12日	2日	7日	4日	1日	6日	2日(火)	1日	5日	2日	2日
西部	たらみ図書館	金	13:30-15:00	23日	28日	25日	30日	27日	24日	22日	26日	24日	28日	25日	25日
南部	有喜ふれあい会館	木	13:30-15:00	22日	27日	24日	15日	26日	30日	28日	25日	23日	27日	24日	24日
東部	高来公民館宇良分館	月	13:30-15:00	12日	17日	14日	12日	16日	13日	18日	8日	13日	17日	14日	14日