

2019年度 さがみ湖リフレッシュセンター 年間事業スケジュール

	イベント	相模湖地区 生きがい大学	その他
4月			
5月		30日 夏の花の寄せ植え	
6月	27日 体力測定 体操教室 (手ぬぐい体操)	19日 もの忘れ ボケ防止の脳トレ	(地域の行事) ほたるまつり  休館日：16日
7月	25日 体力測定 体操教室 (簡単ストレッチ)		 
8月		21日 苔玉教室	
9月	19日 体力測定 体操教室 (リズム体操)		
10月	24日 体力測定 体操教室 (ミニボール)	23日 バス見学 神代植物公園 秋のバラ園	
11月	21日 体力測定 ロコモ予防教室	20日 そば打ち教室	(地域の行事) 内郷文化祭 10日
12月	19日 体力測定 体操教室 (手ぬぐい体操)	18日 ミニ門松作り教室	休館日： 1日 29日～31日
1月	30日 体力測定 体操教室 (簡単ストレッチ)		休館日：1～4日、19日
2月	20日 体力測定 27日 体操教室 (リズム体操)	19日 脳を鍛える リフレッシュ体操	
3月	19日 体力測定 体操教室 (ミニボール)	18日 楽しい川柳教室	

★毎月第2土曜日の13時～16時に「健康麻雀」を実施しています(11月は第1土曜日)

★毎月 第3土曜日の13時～16時に「囲碁・将棋教室」を実施しています

※場合により、日にち・内容が変更になる場合があります