

# 六原シニア連合会

## 11月or12月号

歳を重ねてもいつまでも若々しく保ちたいですね！  
それには、絶えず身体を動かしましょう！

### やすらぎ・ふれあい館で

#### カラオケ会

毎月第1日曜日  
午後1時30分～

**11月3日**

六原フェスタの為  
12月1日休み

**12月8日  
に実施**

#### 太極拳

毎月第1・第3  
日曜日  
午前10時00分～

11月3日祭日の為  
お休み

**11月17日**

六原フェスタの為  
12月1日休み

**12月15日**

### 東山老人福祉センター西側

#### ラジオ体操

毎週火曜・金曜  
午前9時30分～

**11月は**

1・5・8・12・15・19・22・26・29日

**12月は**

3・6・10・13・17・20・24・27・31日



### 散歩の会

毎月第2・第4月曜日

やすらぎ・ふれあい横

六原公園集合

午前10時出発

★ 11月は 11月11日・25日

★ 12月は 12月9日・23日

※雨天中止

### 六原学舎

### やすらぎ・ふれあい館

### 東山老人福祉センターは 東山総合庁舎内西側

