

令和7年度(2025年度) さんちゃん健康体操 会場と日程

令和7年3月5日 作成

	会 場	開始時間	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1	厚生福祉会館 体育館	午前10時	月曜日	7日	12日	2日	7日	4日	1日	6日	4日(火)	1日	6日(火)	2日	2日
				14日	19日	9日	14日	12日(火)	8日	20日	【て】10日	8日	13日(火)	9日	9日
				21日	26日	16日	22日(火)	18日	16日(火)	【食】27日	【口】17日	15日	19日	16日	16日
				28日		【フ】23日	28日	25日	22日		25日(火)	22日	26日	24日(火)	23日
						30日									30日
2	勤労青少年ホーム ソレイユ三条	午前10時	水曜日	2日	7日	4日	【食】2日	6日	【口】3日	1日	5日	3日	7日	4日	4日
				16日	21日	18日	16日	20日	17日	【て】15日	【フ】19日	17日	21日	18日	18日
				30日			30日			29日					
3	嵐南公民館	午後2時	金曜日	4日	2日	6日	4日	1日	5日	3日	7日	5日	9日	6日	6日
				11日	9日	13日	11日	8日	【口】12日	10日	14日	12日	16日	13日	13日
				18日	16日	20日	18日	29日	19日	17日	【フ】28日	19日	23日	20日	27日
				25日	23日	【食】27日	25日		26日	【て】31日			30日	27日	
					30日										
4	農業体験交流センター サンファーム三条	午前10時	水曜日	2日	14日	4日	2日	6日	3日	1日	5日	3日	7日	4日	4日
				9日	21日	11日	16日	20日	10日	8日	12日	10日	14日	18日	11日
				16日	28日	18日	23日		【口】17日	15日	19日	17日	21日	25日	18日
				23日		【食】25日	30日		24日	【フ】22日	【て】26日	24日	28日		25日
				30日						29日					
5	老人福祉センター 栄寿荘	午後2時	月曜日	7日	12日	2日	7日	4日	1日	6日	4日(火)	1日	6日(火)	2日	2日
				14日	19日	9日	14日	12日(火)	8日	14日(火)	10日	8日	13日(火)	9日	9日
				21日	26日	16日	22日(火)	18日	16日(火)	【フ】20日	【て】17日	15日	19日	16日	16日
				28日		23日	28日	25日	22日	27日	25日(火)	22日	26日	24日(火)	23日
						【食】30日			【口】29日						30日
6	下田公民館	午後2時	火曜日	1日	13日	3日	1日	5日	2日	7日	4日	2日	6日	3日	3日
				8日	20日	10日	15日	12日	9日	14日	【フ】11日	9日	13日	10日	10日
				15日	27日	17日	22日	19日	16日	【て】21日	18日	16日	20日	17日	17日
				22日		24日	29日	26日		28日	25日	23日	27日	24日	24日

※1 【て】、【食】、【口】、【フ】記載の日は、体操を一回実施したあとに次のことを行います。 日程を変更する場合は改めてお知らせします。

【て】…体力測定(てんとう虫テスト) 【食】…食事のおはなし 【口】…お口のおはなし 【フ】…フレイル予防のおはなし

※2 上記の日程は変更する可能性があります。直近の情報は三条市のホームページを御確認ください。 三条市のホームページはこちら→

