

令和8年度(2026年度) さんちゃん健康体操 会場と日程

令和8年8月31日 修正

	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	三条東公民館	午前10時	月曜日	6日	11日	1日	21日(火)	3日	1日(火)						
				13日	18日	8日	27日	10日	7日【口】						
				20日	25日	15日		18日(火)	14日						
				27日		29日【食】		24日	28日						
2	厚生福祉会館 体育館	午前10時	月曜日							5日	2日【て】	7日	12日(火)	1日	1日
										19日	9日	14日	18日	8日	8日
										26日	16日【フ】	21日	25日	15日	
											24日(火)			22日	
3	嵐南公民館	午後2時	金曜日	3日	1日	5日	3日【食】	7日	4日【口】						
				10日	8日	12日	10日	28日	11日						
				17日	15日	19日	17日		18日						
				24日	22日	26日	24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	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	8日	12日	9日	14日【フ】	11日	9日	13日	10日	10日
				15日	27日	17日	15日	19日	16日【口】	21日	18日	16日	20日	17日	17日
				22日		24日【食】	22日	26日	30日	28日【て】	25日	23日	27日	24日	24日
5	老人福祉センター 栄寿荘	午後2時	月曜日	6日	11日	1日	6日	3日	7日	5日	2日	7日	12日(火)	1日	1日
				13日	18日	8日	13日	10日	14日	13日(火)	9日【て】	14日	18日	8日	8日
				20日	25日	15日	21日(火)	17日	28日【口】	19日【フ】	16日	21日	25日	15日	15日
				27日		22日【食】	27日	24日		26日	24日(火)			22日	23日(火)
6	下田公民館	午後2時	火曜日	7日	12日	2日	7日	4日	1日	6日	10日【フ】	1日	12日	2日	2日
				14日	19日	9日	14日	18日	8日	13日【て】	17日	8日	19日	9日	9日
				21日	26日	16日	21日	25日	15日	20日	24日	15日	26日	16日	16日
				28日		23日	28日		29日	27日		22日			23日
						30日									30日

※ 【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

※ 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→

