

## 2023 年度 センター委員会「年間活動計画」

記入日：2023 年 7 月 1 日

委員会名： みとセンター委員会委員長名：福井 亜以《活動の年間テーマや目的》 ※パルの会の開催予定も記入してください。

〔 さあいこう もっといい明日へ なかまとともに 〕

開催月	活動計画	開催月	活動計画
4 月	しなやかストレッチヨガ いきいき体操 おやこひろば	10 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば
5 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) いきいき体操 おやこひろば	11 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば 20 周年記念事業
6 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) いきいき体操 おやこひろば	12 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば
7 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) いきいき体操 おやこひろば	1 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば
8 月	パルの会① 食べ比べとアレンジレシピ	2 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば パルの会②おにぎり作り
9 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば	3 月	しなやかストレッチヨガ(月2回) おやこひろば