

令和7年度 鈴谷うんどう倶楽部日程表

10時～11時30分

	鈴谷公民館南側 さいたま市保健所前 公園 第1金曜日 10時～11時30分 雨天中止	鈴谷公民館多目的ホール 第3金曜日（2・3月を除く） 10時～11時30分 ※の月 高齢者の健康の講話30分 ※室内履き持参 (地域包括支援センター・在宅介護支援センター)
4月	4日	18日
5月	2日	*16日
6月	6日	20日
7月		18日
8月		
9月		*19日
10月	3日	17日
11月	7日	21日
12月	5日	19日
1月		*16日
2月	6日	27日
3月	6日	27日

中止や内容を変更する場合があります。

マスクの着用を推奨します。