

# 筋力アップ体操教室 令和6年10月～

問い合わせ先  
健康政策課 健康増進係  
電話 (3908) 9068

◆1人1会場の登録制です。月3回(1回40分間)で開催しております。

◆新規での参加をご希望の方

事前にお手続きが必要ですので健康増進係へお問い合わせください。

【持ち物】動きやすい服装、タオル、蓋つきの飲み物、※室内用運動靴(必要会場のみ)

	会場	所在地	曜日・開始時間	
赤羽地区	桐ヶ丘児童館(※室内用靴)	桐ヶ丘1-16-27-102	水	午前9時40分～
	桐ヶ丘地域振興室(※室内用靴)	桐ヶ丘2-7-22	水	午前 ①10時～ ②11時～
	元気ふらざ	志茂1-2-22	水	午後 ①2時～ ②3時～
	神谷ふれあい館	神谷3-35-17	水	午後 ①2時～ ②3時～
	赤羽スポーツの森公園 ふれあいホール(※室内用靴)	赤羽西5-2-27	水	午後 ①2時～ ②3時～
	志茂子ども交流館(※室内用靴)	志茂5-18-3	木	午前 ①10時～ ②11時～
	赤羽北ふれあい館	赤羽北2-25-8-201	木	午後 ①2時～ ②3時～
	西が丘ふれあい館	西が丘1-47-15	金	午後 ①2時～ ②3時～
	浮間ふれあい館	浮間2-10-2	金	午後 ①2時～ ②3時～
王子地区	名主の滝老人いこいの家 (※室内用靴)	岸町1-15-25	火	午前 ①10時～ ②11時～
	豊島ふれあい館	豊島3-27-22	火	午前 ①10時～ ②11時～
	豊島北コミュニティアリーナ (※室内用靴)	豊島5-3-13 (旧豊島北中体育館)	木	午前 ① 9時45分～ 午前 ②10時45分～
	上十条ふれあい館	上十条3-3-9	金	午前 ①10時～ ②11時～
	読売新聞東京北工場	堀船4-2-1	火	午後 ①2時～ ②3時～
滝野川地区	滝野川東ふれあい館	滝野川1-46-7	火	午前 ①10時～ ②11時～
	田端ふれあい館	田端3-16-2	火	午後 ①2時～ ②3時～
	昭和町ふれあい館	昭和町3-10-7	木	午後 ①2時～ ②3時～
	東田端ふれあい館	東田端2-20-51	木	午後 ①2時～ ②3時～
	滝野川西ふれあい館	滝野川6-21-25	金	午前 ①10時～ ②11時～

- ◆祝祭日、8月、年末年始は全会場お休みです。会場等の都合で、変更や休止となる場合があります。
- ◆天候不良時(台風・積雪・高温等)には開催を中止することがあります。状況に応じて安全を第一に、無理な来場はお控えください。