

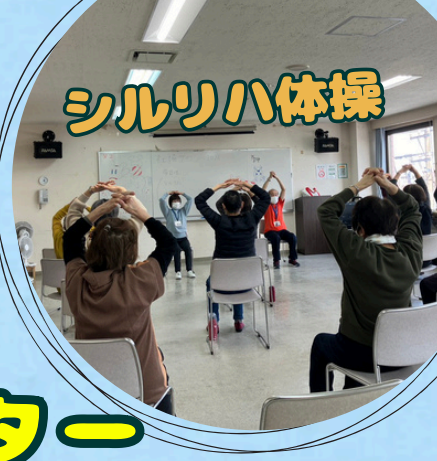


ふまねっと運動

気軽に  
おじょうぞ

予約不要  
参加無料

# 社協 ふれあいサロン at市民活動センター



シルリハ体操

市民のみなさんが気軽に集まり  
仲間と楽しい時間を過ごせる場所です!

**場所** 苫小牧市民活動センター  
苫小牧市若草町3丁目3番8号

**時間** 10:00-12:00



レクリエーション

## 令和8年度の日程

- |          |           |
|----------|-----------|
| 4/16 (木) | 10/15 (木) |
| 5/21 (木) | 11/19 (木) |
| 6/18 (木) | 12/17 (木) |
| 7/16 (木) | 令和9年      |
| 8/20 (木) | 1/21 (木)  |
| 9/17 (木) | 2/18 (木)  |
|          | 3/18 (木)  |

「楽しい!」が  
いっぱい!




セラピューティック  
ケア

### 【主催】

苫小牧市社会福祉協議会 地域福祉課

住所: 苫小牧市若草町3-3-8

 84-6635