

令和8年度 鳥栖市ふまねっと運動 日程表



《対象者》65歳以上の市民

《内 容》50センチ四方の大きなマス目でできた“あみ”を床に敷き、その“あみ”を踏まないように歩く運動です。

バランス機能の向上や脳トレに効果的な楽しいステップ運動です！

《持参物》飲み物・タオル・室内用運動靴

《事前申込》不要です！

《問い合わせ先》鳥栖市社会福祉協議会（☎85-3555）

無料！



※祝日や年末年始等により、日程を一部変更しています。変更している箇所には下線を引いておりますので、お間違えないようにご注意ください。

会場	日時	4月	5月	6月	7月	8月	9月
鳥栖まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 木曜日	2日 16日	7日 21日	4日 18日	2日 16日	6日 20日	3日 17日
鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 金曜日	3日 17日	1日 15日	5日 19日	3日 17日	7日 21日	4日 18日
田代まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 木曜日	2日 16日	7日 21日	4日 18日	2日 16日	6日 20日	3日 17日
弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)	第1・3 水曜日	1日 15日	<u>13日</u> <u>20日</u>	3日 17日	1日 15日	5日 19日	2日 16日
若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)	第2・4 金曜日	10日 24日	8日 22日	12日 26日	10日 <u>31日</u>	<u>7日</u> 28日	11日 25日
基里まちづくり推進センター (集会室)	第2・4 木曜日	9日 23日	14日 28日	11日 25日	9日 23日	<u>12日(水)</u> 27日	10日 24日
麓まちづくり推進センター (2階集会室)	第2・4 火曜日	14日 28日	12日 26日	9日 23日	14日 28日	<u>18日</u> 25日	8日 <u>29日</u>
旭まちづくり推進センター (1階集会室)	第2・4 水曜日	8日 22日	13日 27日	10日 24日	8日 22日	12日 26日	9日 <u>30日</u>

会場	日時	10月	11月	12月	1月	2月	3月
鳥栖まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 木曜日	<u>9日(金)</u> <u>23日(金)</u>	5日 19日	3日 17日	7日 21日	<u>2日(火)</u> 18日	4日 18日
鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 金曜日	2日 16日	6日 20日	4日 18日	<u>8日</u> 15日	5日 19日	<u>2日(火)</u> 19日
田代まちづくり推進センター (集会場)	第1・3 木曜日	1日 15日	5日 19日	3日 17日	7日 21日	4日 18日	4日 18日
弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)	第1・3 水曜日	7日 21日	4日 18日	2日 16日	6日 20日	3日 17日	3日 17日
若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)	第2・4 金曜日	9日 23日	13日 27日	11日 25日	8日 22日	12日 26日	12日 26日
基里まちづくり推進センター (集会室)	第2・4 木曜日	8日 22日	12日 26日	10日 24日	14日 28日	<u>10日(水)</u> 25日	11日 25日
麓まちづくり推進センター (2階集会室)	第2・4 火曜日	13日 27日	10日 24日	8日 22日	12日 26日	9日 <u>16日</u>	9日 23日
旭まちづくり推進センター (1階集会室)	第2・4 水曜日	14日 28日	11日 25日	9日 23日	13日 27日	10日 24日	10日 24日