

令和8年度ステップ教室 日程

※日程は変更になる場合があります。
※栄養講話や目標の達成度の確認等もあります。

新田西文化センター(新田西部) 13時15分～14時45分 水曜日 第3会議室

	日程		日程		日程		日程
①	4/8	②	4/15	③	5/13	④	5/20
⑤	6/3	⑥	6/17	⑦	7/1	⑧	7/22
⑨	8/5	⑩	8/12	⑪	9/9	⑫	9/16
⑬	10/21	⑭	10/28	⑮	11/4	⑯	11/18
⑰	12/9	⑱	12/23	⑲	1/6	⑳	1/20
㉑	2/3	㉒	2/17	㉓	3/3	㉔	3/17

※体力測定は5月20日、9月16日、2月17日に第3会議室で実施します。

勤労福祉会館(新田西部) 9時15分～10時45分 火曜日 第1会議室

	日程		日程		日程		日程
①	4/7	②	4/21	③	5/12	④	5/19
⑤	6/2	⑥	6/16	⑦	7/7	⑧	7/21
⑨	8/4	⑩	8/18	⑪	9/1	⑫	9/15
⑬	10/6	⑭	10/20	⑮	11/10	⑯	11/17
⑰	12/1	⑱	12/15	⑲	1/5	⑳	1/19
㉑	2/2	㉒	2/16	㉓	3/2	㉔	3/16

※体力測定は5月19日、9月15日、2月16日にホールで実施します。

文化会館(新田東部) 13時15分～14時45分 木曜日 第1・2研修室

	日程		日程		日程		日程
①	4/9	②	4/23	③	5/7	④	5/21
⑤	6/4	⑥	6/18	⑦	7/2	⑧	7/16
⑨	8/6	⑩	8/27	⑪	9/3	⑫	9/17
⑬	10/8	⑭	10/15	⑮	11/19	⑯	12/3
⑰	12/10	⑱	12/24	⑲	1/7	⑳	1/21
㉑	2/4	㉒	2/18	㉓	3/4	㉔	3/18

※体力測定は5月7日、9月3日、2月18日にレセプションルームで実施します。

※11/19は第2会議室で実施します。

であいの森(草加川柳) 13時15分～14時45分 木曜日 レストラン奥フリースペース

	日程		日程		日程		日程
①	4/16	②	4/30	③	5/14	④	5/28
⑤	6/11	⑥	6/25	⑦	7/9	⑧	7/23
⑨	8/6	⑩	8/27	⑪	9/10	⑫	9/24
⑬	10/8	⑭	10/22	⑮	11/12	⑯	11/26
⑰	12/10	⑱	12/24	⑲	1/14	⑳	1/28
㉑	2/4	㉒	2/25	㉓	3/11	㉔	3/25

※体力測定は5月14日、9月10日、2月25日にレストラン奥フリースペースで実施します。

柿木公民館(草加川柳) 9時15分～10時45分 木曜日 会議室

	日程		日程		日程		日程
①	4/16	②	4/30	③	5/14	④	5/28
⑤	6/11	⑥	6/25	⑦	7/9	⑧	7/23
⑨	8/6	⑩	8/27	⑪	9/10	⑫	9/24
⑬	10/8	⑭	10/22	⑮	11/12	⑯	11/26
⑰	12/10	⑱	12/24	⑲	1/14	⑳	1/28
㉑	2/4	㉒	2/18	㉓	3/11	㉔	3/25

※体力測定は5月28日、9月24日、2月18日にホールで実施します。

原町コミセン(草加安行) 11時15分～12時45分 月曜日 集会室

	日程		日程		日程		日程
①	4/6	②	4/20	③	5/11	④	5/18
⑤	6/1	⑥	6/15	⑦	7/6	⑧	7/27
⑨	8/3	⑩	8/17	⑪	9/7	⑫	9/28
⑬	10/5	⑭	10/19	⑮	11/2	⑯	11/16
⑰	12/7	⑱	12/21	⑲	1/18	⑳	1/25
㉑	2/1	㉒	2/15	㉓	3/1	㉔	3/15

※体力測定は5月18日、9月7日、2月15日に集会室で実施します。

氷川コミセン(草加西部) 13時15分～14時45分 金曜日 大会議室

	日程		日程		日程		日程
①	4/10	②	4/24	③	5/8	④	5/22
⑤	6/12	⑥	6/26	⑦	7/10	⑧	7/24
⑨	8/7	⑩	8/28	⑪	9/11	⑫	9/25
⑬	10/9	⑭	10/23	⑮	11/13	⑯	11/27
⑰	12/11	⑱	12/25	⑲	1/8	⑳	1/22
㉑	2/5	㉒	2/26	㉓	3/12	㉔	3/26

※体力測定は5月22日、9月11日、2月26日に集会室で実施します。

稲荷コミュニティセンター(草加東部・草加稲荷) 9時15分～10時45分 金曜日 集会室

	日程		日程		日程		日程
①	4/3	②	4/17	③	5/1	④	5/15
⑤	6/5	⑥	6/19	⑦	7/3	⑧	7/17
⑨	8/7	⑩	8/21	⑪	9/4	⑫	9/18
⑬	10/2	⑭	10/16	⑮	11/6	⑯	11/20
⑰	12/4	⑱	12/18	⑲	1/15	⑳	1/29
㉑	2/5	㉒	2/19	㉓	3/5	㉔	3/19

※体力測定は5月15日、9月18日、2月19日に集会室で実施します。

中央公民館(草加東部・草加稲荷) 13時15分～14時45分 火曜日 視聴覚室

	日程		日程		日程		日程
①	4/14	②	4/28	③	5/12	④	5/26
⑤	6/9	⑥	6/23	⑦	7/7	⑧	7/28
⑨	8/4	⑩	8/25	⑪	9/8	⑫	9/29
⑬	10/13	⑭	10/27	⑮	11/10	⑯	11/24
⑰	12/8	⑱	12/22	⑲	1/12	⑳	1/26
㉑	2/9	㉒	2/16	㉓	3/9	㉔	3/23

※体力測定は5月26日、9月8日、2月9日に第1体育室で実施します。

新里文化センター(谷塚西部) 13時15分～14時45分 水曜日 第2会議室

	日程		日程		日程		日程
①	4/8	②	4/22	③	5/20	④	5/27
⑤	6/10	⑥	6/24	⑦	7/8	⑧	7/22
⑨	8/12	⑩	8/26	⑪	9/9	⑫	9/30
⑬	10/14	⑭	10/28	⑮	11/11	⑯	11/25
⑰	12/9	⑱	12/23	⑲	1/13	⑳	1/27
㉑	2/10	㉒	2/24	㉓	3/10	㉔	3/24

※体力測定は5月27日、9月9日、2月10日にホールで実施します。

谷塚文化センター(谷塚西部) 13時15分～14時45分 金曜日 第1学習室

	日程		日程		日程		日程
①	4/3	②	4/17	③	5/15	④	5/29
⑤	6/12	⑥	6/19	⑦	7/3	⑧	7/17
⑨	8/7	⑩	8/21	⑪	9/4	⑫	9/18
⑬	10/2	⑭	10/23	⑮	11/20	⑯	11/27
⑰	12/11	⑱	12/25	⑲	1/15	⑳	1/29
㉑	2/5	㉒	2/12	㉓	3/5	㉔	3/19

※体力測定は5月29日、9月4日、2月5日に第1学習室で実施します。

瀬崎コミュニティセンター(谷塚中央・谷塚東部) 9時15分～10時45分 月曜日 集会室

	日程		日程		日程		日程
①	4/13	②	4/27	③	5/11	④	5/25
⑤	6/8	⑥	6/22	⑦	7/13	⑧	7/27
⑨	8/10	⑩	8/24	⑪	9/14	⑫	9/28
⑬	10/5	⑭	10/26	⑮	11/9	⑯	11/30
⑰	12/14	⑱	12/21	⑲	1/18	⑳	1/25
㉑	2/8	㉒	2/22	㉓	3/8	㉔	3/29

※体力測定は5月25日、9月14日、2月8日に集会室で実施します。