

いきいきサロン 『健康遊び』



みなさん
今年もやるよ～



緑のきれいな季節までもう少し。10区の高齢者の皆さんは元気に暮らしていることと思います。西部地区社会福祉協議会ではみなさんがもっともっと元気で長生きできることを願って、全身で遊びながら健康寿命を伸ばせるように「いきいきサロン」を開催します。隣近所さんを誘ってぜひご参加ください。

開催日時 毎月第4木曜日 13時30分～15時00分
4月24日／5月22日／6月26日／7月24日／8月28日
9月25日／10月23日／11月27日／12月18日／1月22日
2月26日／3月26日

開催場所 10区青年館

開催内容 健康体操・脳トレなど

持ち物 軽装・タオルなど

その他 飲み物は用意します。会場は冷・暖房完備です。

お申し込み

吉野 昇(代表) 090-2527-4191

岡部昌夫・大嶋比呂子