

参加費
無料

春の風サロン

1月～3月の予定をお知らせいたします

場所: 光が丘7-7-5 集会所

定員制のため参加希望の方は下記へ申し込みをお願いします

1月はお休みです

フレイル予防体操
体力作りをしませんか

「転ばない身体づくり」

日時: 2月18日(火) 午前10時00分～

講師 光が丘病院

菅野 雄大 理学療法士



「脳フィットネス体操」 フリフリグッパー

日時: 3月18日(火) 午前10時00分～

講師: 認知症予防推進の会 居場所づくりのグループ

天候不良やその他、やむを得ない事情により中止になることがあります。
ご不明の場合は下記へご連絡ください。

