

参加費  
無料

# 春の風サロン

10月～12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

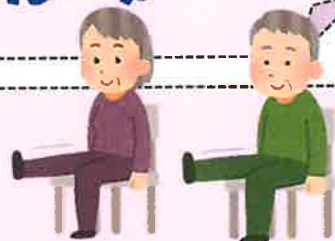
定員制のため参加希望の方は下記へ申し込みをお願いいたします

## 「脳フィットネス体操」フリフリグッパ

日時: 10月15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

## 「いきいき健康教室」



日時: 11月19日(火) 午前10時00分～

講師: AFAAPINインストラクター  
長瀬 和美 様

フレイル予防体操  
体力作りをしませんか

## 「多目的に使えるリース作り」

日時: 12月17日(火) 午前10時00分～

講師: 木瓜の花 認知症を支える家族の会  
中島 加代子 様



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。

光が丘南地域包括支援センター ☎03-6904-0312

