

「かんたん体操教室」

～いくつになっても生き生きと～



東栄・里町など地元の人で運営しています。
杖やシルバーカーを使っている方でも、
無理なく参加できる内容になっています。
ぜひお気軽にご参加下さい！

日程：毎月第4週火曜日

3/26 4/23

5/28 6/25

7/23 8/27

コロナウイルスなどの状況により
急遽お休みになることがあります

時間：13:30～14:30

場所：東栄コミュニティセンター
「今村楽寿会憩の家」

住所 安城市東栄町4丁目

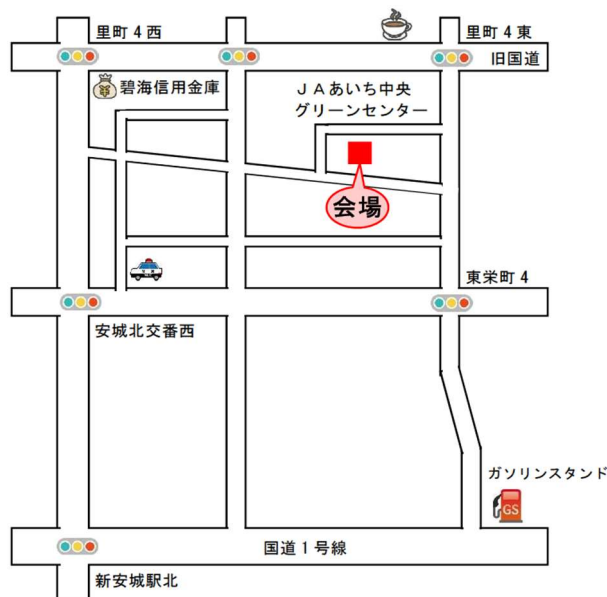
予約：不要

参加費：無料

動きやすい服装でお越し下さい。

「参加者さんの声」

- ・杖をついていても参加できて良かった
- ・座ってできるので安心
- ・運動のあとのお茶会が楽しみ
- ・歌の時間もあってうれしい
- ・スタッフの笑顔がステキ
- ・自分のペースでできるのがいい



* お問い合わせ先 *

介護老人保健施設さとまち

担当：地域活動委員 有馬・海川

☎ 0566-96-3511