

ふれあい南クラブ

- <場 所> **南団地集会所**
<住 所> **豊平区西岡 3条 2丁目 6-10**
<内 容> ・健康講話 ・ストレッチ ・筋トレ ・合唱
・手話体操 ・西岡音頭 ・その他
<定 員> 参加者定員は20名です。
<参加費> 無料です。
<参加時> 検温など体調のご確認をお願いします。
(熱、咳、のどの痛み、だるさ、息苦しさ、嗅覚の異常等)の症状がある場合は、参加はご遠慮下さい。
<持ち物> ・タオル ・水分補給の飲み物 ・マスク

令和4年

12月 20日(火)

10:00~11:30

令和5年

1月 17日(火)

10:00~11:30

2月 21日(火)

10:00~11:30

3月 22日(水)

10:00~11:30

祝日の振替です。

- ・みんなで体操、交流をしたい方
- ・ふらつきや転倒が心配な方
- ・気軽に交流を楽しみましょう！
- ・音楽に合わせて体を楽しく動かしましょう！



問合せ先:札幌市豊平区介護予防センター西岡 (佐藤・竹内)
住 所:札幌市豊平区西岡5条12丁目1-2
電 話:011-581-3000