

笑顔で健康体操

異例の暑さに見舞われた夏を越え、年度後半もレクリエーションを交えながら体操で皆様の健康づくりを行って参ります。新型コロナウイルスの罹患状況も絶えず続いているとの話もあり、引き続き感染症予防についてどうぞご理解、ご参加の程よろしく願いいたします。

＜場 所＞ みどり町内会館（西岡5条13丁目20-6）

＜内 容＞ 健康体操、健康講話、レクリエーション等

＜参加費＞ 無料

＜持ち物＞ 水分補給の飲み物、タオル、動きやすい服装

※熱、咳、のど、だるさ、息苦しさ、嗅覚、味覚等の異常がある場合は、参加をご遠慮ください。

※マスク着用にて密着、密集、密閉を避けるように気をつけましょう。

2023年	10/6	(金)	10/13	(金)
※祝日は休止と ないます	11/10	(金)	12/8	(金)
	12/1	(金)		
2024年	1/5	(金)	1/12	(金)
	2/2	(金)	2/9	(金)
	3/1	(金)	3/8	(金)
時間	10:00~11:30			

みんなで笑顔を！

みんなで心と体を元気に！

みんなで介護予防チャレンジ！

担 当：みどり町内会 副会長

福祉厚生部長

問 合 せ 先：介護予防センター西岡

電話番号 011-581-3000



小堤 守

須田 彰子

佐藤・竹内

• 西岡みどり町内会館 (豊平区西岡 5 条 13 丁目 20-5)



ここです

