

# 笑顔で健康体操

今年度の前半は全国的に気温や雨の降り方が極端で、7・8月は蒸し暑さを感じる日が多かった中、皆様はいかがお過ごしでしょうか。令和6年度後半も引き続き地域の皆様の元気を応援するため、笑顔で健康体操を開催して参ります。引き続き感染症の話題が絶えないため、対策を行いながらの実施となります。どうぞご理解、ご参加の程よろしくお願ひいたします。

＜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

※マスク着用のうえ、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。

<b>2024年</b>	<b>10 / 4 (金)</b>	<b>10 / 11 (金)</b>
<b>※年始・祝日は 休止となります</b>	<b>11 / 1 (金)</b>	<b>11 / 8 (金)</b>
	<b>12 / 6 (金)</b>	<b>12 / 13 (金)</b>
<b>2025年</b>	<b>1 / 10 (金)</b>	
	<b>2 / 7 (金)</b>	<b>2 / 14 (金)</b>
	<b>3 / 7 (金)</b>	<b>3 / 14 (金)</b>
<b>時間</b>	<b>10 : 00 ~ 11 : 30</b>	

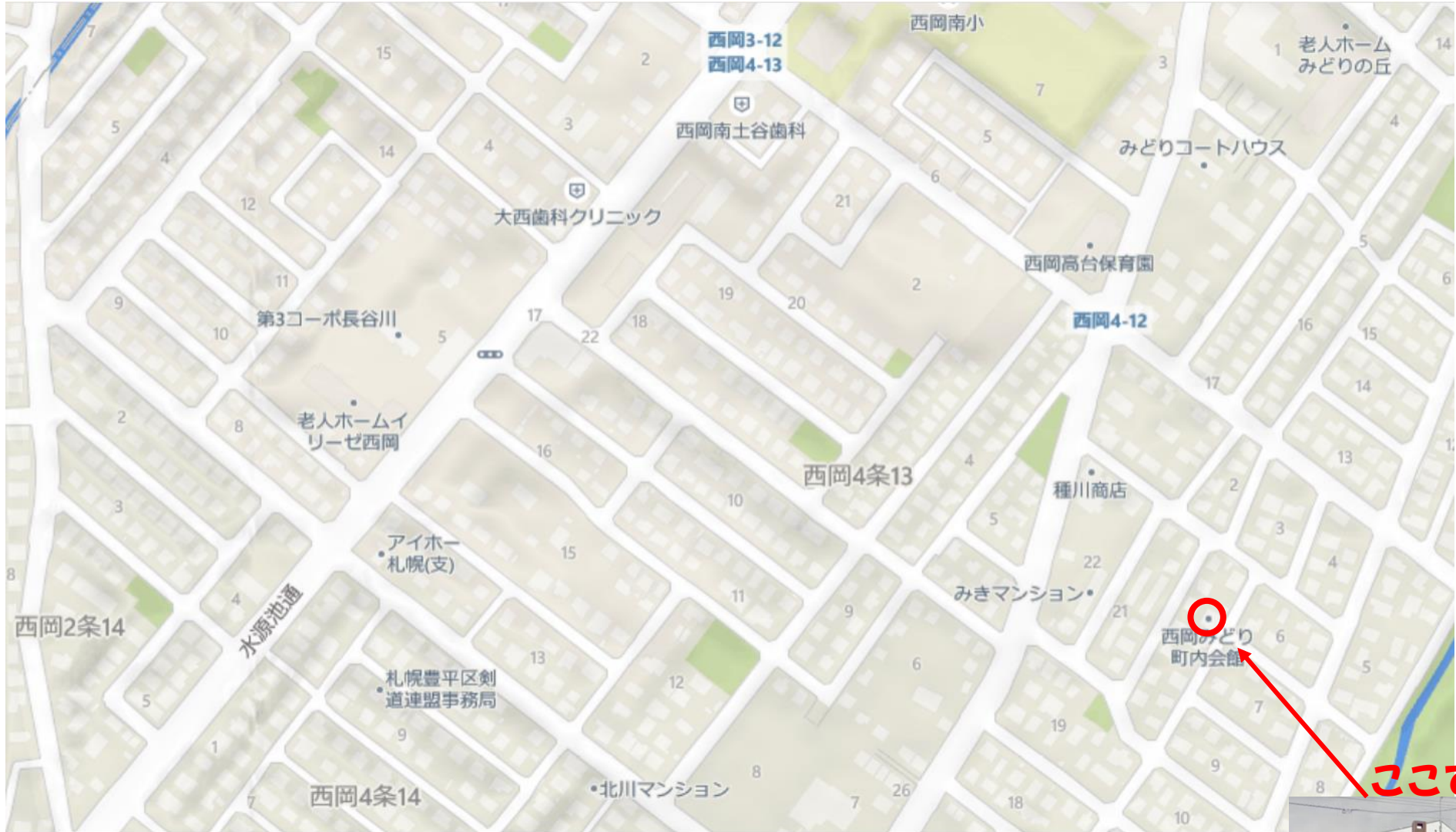
みんなで笑顔を！  
みんなで心と体を元気に！  
みんなで介護予防チャレンジ！



町内会・会場担当：みどり町内会 副会長  
問い合わせ先：介護予防センター西岡  
電話番号 011-581-3000

小堤 守  
竹内・高橋

・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

