

♥ ステキな活動お届け便 ♥

街かどいきいき通信

vol.14

発行日：令和4年6月1日



下山梨下でん伝体操

介護予防

- 日時 ☆ 毎週日曜日・午前 10 時～
会場 ☆ 下山梨下公会堂 どなたでもご参加ください
内容 ☆ 介護予防でん伝体操・かみかみ 100 歳体操
ふくろい元気アップ運動プログラム



でん伝体操で
筋肉モリモリ！



元気アップ体操で
ロコモ予防だ！



みんなでのしく
介護予防

【問い合わせ】 袋井北部地域包括支援センター ☎48-5335