

♡ ステキな活動お届け便 ♡

街かどいきいき通信

vol.28

発行日：令和5年8月1日



浅羽西コミュニティセンター

介護予防体操

- 活動日** 毎週水曜日 13:30～15:00
会場 浅羽西コミュニティセンター
対象 どなたでも
内容 でん伝体操、かみかみ100歳体操、元気アップ体操
第2・第4水曜日は14:00～ スクエアステップ(要確認)
特徴 平均参加者6名
人数は少ないですが、明るく楽しく運動しています。
笑い声は他の会場に負けません!



スクエアステップ



元気アップ体操

【問い合わせ】 浅羽地域包括支援センター ☎23-0780