

回 覧

生きいき夢サロン

開催日時 11月8日(月)
午後 1時30分～3時30分

壱分町東自治会館にて

朝晩、急に寒くなってきた昨今ですが
体調をくずされていませんか？

前半は 介護予防運動指導士の
石橋先生に健康体操をご指導いただきます。
健康体操で体調もスッキリ！！

後半はゲートボールの面白さとゴルフの楽しさを
あわせ持ったゲーゴルゲームで楽しく過ごしましょう。

どなたでも参加いただけます。
どうぞお気軽に参加下さい。

お願いします。m()m

✿マスクの着用 ✿家での検温 ✿飲み物持参

上記よろしく願います。

壱分町東自治会 夢サロン運営委員会

後援：壱寿会

2021年11月1日 No.139