

生きいき夢サロン

開催日時 7月11日(月)
午後1時30分～3時30分

壺分町東自治会館にて

今月のサロン、前半は 濱田昭子さんのオカリナ演奏でお楽しみいただきます。

楽しい構成を考えていただいています。

美しい癒しの音色をお楽しみに・・・

後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。

梅雨も明け 連日の暑さに体調管理は大丈夫ですか？ 健康体操で、リフレッシュ！

サロンは 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
- ❖ 飲み物持参
- ❖ 家での検温

上記よろしくお願ひします。



壺分町東自治会 夢サロン運営委員会
後援：壺寿会

2022年7月1日 No.147