

お手玉でリフレッシュ

日 時 11月20日(木)
10時～11時30分

場 所 青墓地区センター

講 師 大野お手玉の会(魚次さん)
三味線の演奏もあります。

今回のサロンは大野お手玉の会によるお手玉を使って楽しく遊びましょう。いきいきサロンやデイサービス等で幅広くボランティア活動されておられる会です。お手玉がなくても大丈夫！楽しいです。皆さんの多くの参加をお待ちしています。

班会のご案内

- | | | | | |
|--|------------|----------------------------------|---|-------------------|
|  | ウォーキング班会 | 11月19日(水) 9時～
雨天の場合 11月26日(木) | } | 草道島
スポーツ
公園 |
| | | 12月17日(水) 9時～
雨天の場合 12月14日(水) | | |
|  | スクエアステップ班会 | 11月は中止 | } | 青墓地区
センター |
| | | 12月25日(木) 10時～ | | |

健康サロン、班会 どなたでも自由に参加できます。会場、集合場所にお越しください。
皆さんの参加をお待ちしています。