



◆開催日時

2月16日(月)

3月16日(月)

14:00~15:30

◆主催 西区社会福祉協議会

人生の後半戦を楽しむ 体操とおしゃべりのサロン



楽しいおしゃべりを交えながら、
音楽にあわせて元気よく
体を動かしましょう！



◆参加費 1回 500円

◆対象 シニアライフを楽しく過ごしたい方

◆持ち物 バスタオル又はヨガマット、タオル、お茶

◆講師 はつらつ長寿推進事業講師 只野晴美

◆定員 各20名

◆会場 イオンタウン名西2階 まちコミホールB

(西区香香町6-49-1 庄内通駅より徒歩2分)

お申込みは (受付時間 10~18時)

1. moms.カウンター (2階キッズ広場横)
2. フリーダイヤル 0800-2000-580

子育て応援団体 マムズ
moms.
<http://moms.ciao.jp/>