椅子に座っての体操やコグニサイズがメインです。

指のレクリエーションもあります。

一緒に楽しく体を動かしましょう♪

今年度もやります!!

ちょっと来て高力体操

R5.4/22（土）

10時30分から
11時30分頃まで

当館　集会室にて

★申込方法・・・

4/11(火)８：４５から窓口または電話にて先着30名

お問い合わせは・・・
天神山福祉会館
531-0023
担当　高力まで