パラリンピック競技にもなったボッチャ！
今回はオリジナルルールでレクをします！

ちょっと来て高力体操 &ボッチャ

R5.10/30（月）

14時00分から
15時30分頃まで

場所：当館 集会室・多目的室

★申込方法・・・

10/12(木)８：４５から窓口または電話にて先着24名

椅子に座っての体操やコグニサイズがメインです。

今回はボッチャを使ったレクもします！

一緒に楽しく体を動かしましょう♪

お問い合わせは・・・
天神山福祉会館
531-0023
担当　高力・小堀まで