

R4年度

# 座って楽しむ あおぞら会

指は突き  
出た頭脳  
です

指体操



はまちゃん体操

脳トレ

サロン

どなたでも大歓迎です。  
お気軽お申込み下さい

3A

舞岡柏尾地域ケアプラザ内 多目的ホール  
第1、第3 (水) 9:30~11:00  
おおむね60歳以上の方  
参加費: 1回50円  
飲み物をご持参ください。

お申し込み 戸塚区役所 高齢・障害支援課 **045-866-8439**  
お問い合わせ 横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ **045-827-0371**

