

脳トレ

指さき体操

座って楽しむ あおぞら会



はまちゃん体
操（座位）

3A

サロン

どなたでも大歓迎です。
お気軽お申込み下さい

R4年 1月5日(水)、1月19日(水)
9:30~11:00

舞岡柏尾地域ケアプラザ内 多目的ホール
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**