

# まめゆる～む

自分のペースでゆっく健康

ゆったりペースの  
ストレッチ体操と脳トレクリエーションを  
中心に行なう楽しいサロンです。  
笑って健康づくりしませんか？

毎月第4木曜日  
10:00～11:30

令和5年度 後期

10月26日    11月23日    12月28日  
1月25日    2月22日    3月28日

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更または中止になる場合がございます。お電話かホームページでご確認ください。

場 所:大豆戸地域ケアプラザ 多目的ホール  
持ち物:汗ふきタオル・飲み物・上履き  
参加費:100円  
まずはご見学からどうぞ！

【お問合せ】大豆戸地域ケアプラザ  
045-432-4911

