



自分のペースでゆっく健康

まめゆる〜む

ゆったりペースの
ストレッチ体操と脳トレ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3年度 後期

10月28日 11月25日 12月23日

1月27日 2月24日 3月24日

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

予約制

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

