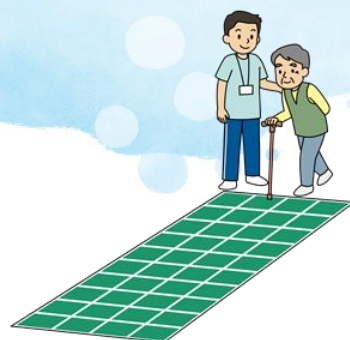


スクエアステップ 体験会①



スクエアステップって…?

歩く脳トレ

認知症・転倒予防

仲間と楽しく



*日時 令和8年6月11日(木)
13:30~14:30

*参加費 無料

申し込み受付中!

*定員 12名

*持ち物 飲み物、浴用タオル、内履き

*場所 いずみ野地域ケアプラザ
多目的ホール

*講師 スクエアステップ指導員
吉倉 育子先生 富岡 由美子先生

運動が苦手、運動する機会が少ない方
何か始めてみたい方
ケアプラザの講座が初めての方
皆さんと一緒に楽しく、身体を動かしませんか?
見学でも構いません。
ご参加お待ちしております。



《 お申込み・お問い合わせ 》

いずみ野地域ケアプラザ ☎045-800-0322

