



# おりがみ教室

～指先からフレイル予防～



手先を動かし頭を使うおりがみは、年齢を問わず楽しむフレイル予防の効果もあります。

楽しく交流しながら秋の作品を折りませんか？

開催日時

**9/21(水) AM 10:00 ~ 12:00**

場所

**沢渡三ツ沢地域ケアプラザ**

定員

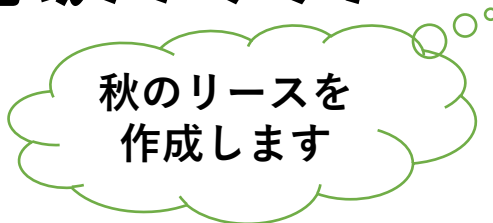
**10名**

参加費

**100円**

申込

受付・電話 **045-577-8210**(地域交流)



<作品イメージ>