

富岡東・並木地区 元気づくりステーション

★ 富並(とみなみ)わかがえる ★

【令和4年度 スケジュール】 毎月第1木曜日 14~15時

4月7日	5月5日	6月2日	7月7日
8月4日	9月1日	10月6日	11月3日
12月1日	1月5日	2月2日	3月2日

場所：富岡東地域ケアプラザ または 近隣の公園

内容：体操、ラダー、ウォーキング、フォークダンスなど

(定期的に講師を招く予定のため、指導を受けることもできます。)

代表：橋本 倭子(はしもと まさこ)

後援：金沢区役所 高齢・障害支援課

富岡東地域ケアプラザ(045-776-2030)

いつまでも自分の足で歩けるように、一緒に取り組みませんか？

参加は無料☺️お気軽にお問合せください🌟みんなで若返ろう!

