

★令和7年度★

セブン快!

6月13日(金)

14時～15時半

懐メロ脳トレ 

エクササイズ 

岸谷公園集会所

「岸谷公園入口」
バス停より徒歩5分

6月18日(水)

10時半～12時

自分で出来る転倒予防!!

こつ
健康骨  のコツ!

岸谷会館 1階

「安養寺前」バス停前

6月20日(金)

14時～15時半

懐メロ脳トレ 

エクササイズ 

東寺尾第一会館

「宝蔵院前」バス停より
徒歩3分、東寺尾デポーとなり

【持ち物】筆記用具、上履き、飲み物
【お問合せ・予約】東寺尾地域ケアプラザ
地域包括支援センター 出口
☎045-584-0129

各会場への道順は
こちらのバーコード
からページを開いて
確認してください。

