

令和8年度 介護予防普及啓発事業GOGO健康講座 セブン快！

# 外出が楽しくなる♪ 元気になるカラーコーデ術

4月23日(木)14:00~15:30

場所:東寺尾地域ケアプラザ多目的ホール

## 【持ち物】

- お飲み物
- 服に合せたい小物1~2点
- 筆記用具
- 体操できる服装・上履き

おしゃれが苦手でも大丈夫です。  
気分が明るくなる色の話をカラー  
コーディネーターがお伝えします♪  
もちろん、体操もやります!!



【お問合せ・お申込み】東寺尾地域ケアプラザ ☎ 045-584-0129