

令和
8年度

事前申し込み不要

青空ラジオ体操

ラジオ体操と

かめ亀てぬぐいサイズを行います

ケアプラザ職員と一緒に
公園で体を動かしてみませんか？

日にち：毎月第2木曜日（祝日も実施）

4/9、5/14、6/11、7/9

※8月はお休み

9/10、10/8、11/12、12/10

※1月はお休み

2/11、3/11

時間：10:00-10:20

場所：三ツ沢中公園

持ち物：タオル、飲み物

