

高円寺南五丁目会館



体操教室



<日時> 令和3年6月29日(火)

<場所> 高円寺南五丁目会館

<午前の部>

10:00~10:30 お話し会 / 10:30~11:00 体操

<午後の部>

久々の再開なのでお話し会では皆さんから、ざっくばらんに近況報告や今後の会の進め方についてお話しできればと思います。

14:00~14:30 お話し会 / 14:30~15:00 体操

体操講師/リハラボ高円寺 理学療法士: 北川先生

※持ち物: タオル、水分、動きやすい服装でお越しください

マスク着用にご協力をお願いします。



長寿応援ポイント(1ポイント)対象です!



感染予防のため人数制限をしますので申込み制です。参加希望の場合には下記までお電話でお申込み下さい。

ケア24和田: 03-5305-6024

担当: 藤澤・木村

