

第1回



すぎにし井戸端倶楽部 体操教室

自分らしく、いきいきと暮らすための
体力づくりと仲間づくりを応援します

元気なうちから、
地域の医療・福祉の専門職とつながろう!!

★体操を通じて、仲間づくりをしよう

★自分たちで作りあげていく体操教室

【日時】

令和1年9月13日（金）10時～（1時間程度）**毎月第2金曜日**

【場所】

都営井草3丁目集会所（井草3-5-2 2号棟1階）

【費用】

300円 ※おつりが無いようご持参ください

【持ち物】

タオル、飲み物、ペン

【参加人数】

約20名

【お問い合わせ】

ケア24上井草 03-3396-0024

