

あなたびより

楽しいひと時をご一緒に

軽体操で体を動かし、工作品・折り紙等の手作りを楽しみ、季節の話題や情報交換、自由な話題を話し合う(お話し相手おります)等、ひと時を「あなた」が楽しく過ごせる処です♪



場所 : のぎくプラザホール(市役所となり)

日時 : 7月 10日(金) 13:00~15:00

内容 : 講座:フレイル予防で笑顔で素敵ないきいきライフ!

演奏後 お話 工作 折り紙他 くつろぎのひと時を

申込不要(直接会場へ) 参加費無料 飲み物持参



主催: 山武「健康とふくしの会」

協賛: 山武市 **後援**: 山武市社会福祉協議会

お問合せ先: 山武市社会福祉協議会 地域福祉推進係

☎0475-82-7102 (時間: 9:00~16:30)