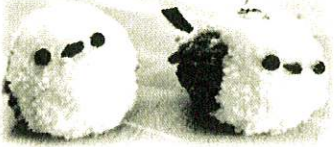
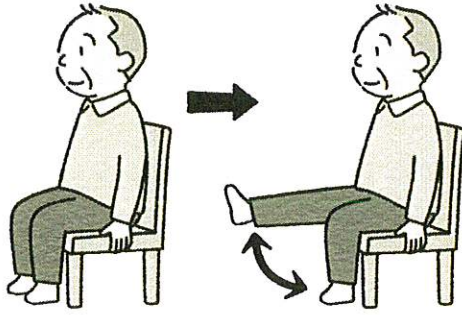


【すこやか倶楽部開催のお知らせ】

対象：澄川地区にお住まいのおおむね65歳以上の方
※参加人数に限りがあります。必ずお申し込みください！

日時	会場	内容
7/24 (木) 10:00~11:00	地区会館 <2階会議室A> 澄川3条2丁目6-1 定員 10名	手芸教室 毛糸ポンポンでシマエナガを作ろう！  材料費 100円 【持ち物】 裁ちばさみ・ピンセット ※お持ちの方はご持参ください
日にちを選択してお申し込みください		
7/23 (水) 10:00~11:00	地区会館 <1階> 澄川3条2丁目6-1 定員 各12名 ※上靴をご持参ください	体操教室 ストレッチ運動、筋力トレーニング バランス運動、脳トレ運動 
7/25 (金) 10:00~11:00		
7/17 (木) 10:00~11:00	南福社会館 <1階> 澄川4条10丁目2-7 ※上靴をご持参ください	新規の方大歓迎!! お友達やご近所さんを誘って ご参加ください♪ ★参加費：無料
8/6 (水) 10:00~11:00	地区センター <集会室AB> 澄川4条4丁目4-40 定員10名	

◇水分補給用の飲み物、汗拭きタオルをご持参ください。

<申し込み・問い合わせ> ※平日 9:00~17:15(土日祝日除く)

介護予防センター澄川 (澄川3条6丁目3-3じょうてつドエル真駒内1階)

電話：598-1295 担当：田中・高橋