2026年度　街かどケアカフェ

～体操教室のご案内～



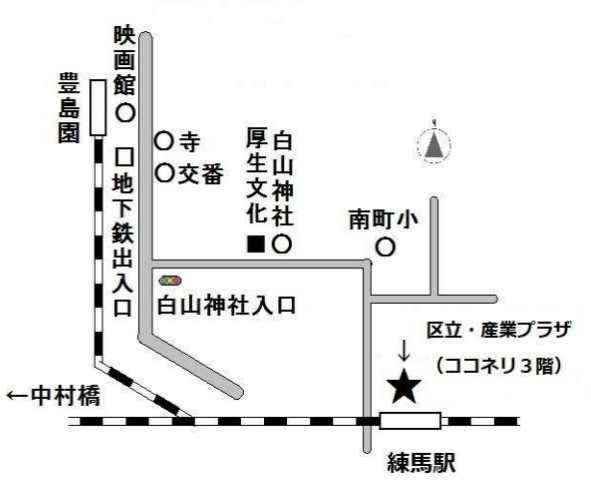
◆会場：練馬区立 区民・産業プラザ
　　ココネリ ３階　研修室３

◆日時：毎月第２火曜日１０時～１１時

◆講師：佐藤 香織 先生

10	月	13	日	（火）	研修室	3
11	月	10	日	（火）	研修室	3
12	月	8	日	（火）	研修室	3
1	月	12	日	（火）	研修室	5
2	月	9	日	（火）	研修室	3
3	月	9	日	（火）	研修室	3

事前申込制です。定員15名。
毎月1日からお電話で受付を開始します。
（ただし１日が土日・祝日の際には次の平日に振替）



■飲み物をご持参ください。
（必要な方は、汗ふき用の
タオルもご持参ください）

＜申込み＞
練馬地域包括支援センター
０３－５９８４－１７０６
（8時30分～17時15分）