

誰でも簡単

街かどケアカフェ事業

こころとからだのストレッチ

～nagomi さんの体操講師をお招きします～

全身をゆっくり動かし、血流を動かしてみましょう！
是非お気軽にお越しください。

日時：平成30年9月25日（火）

受付 9時45分～

開催時間 10時～11時

終了後、茶話会があります。（参加自由）



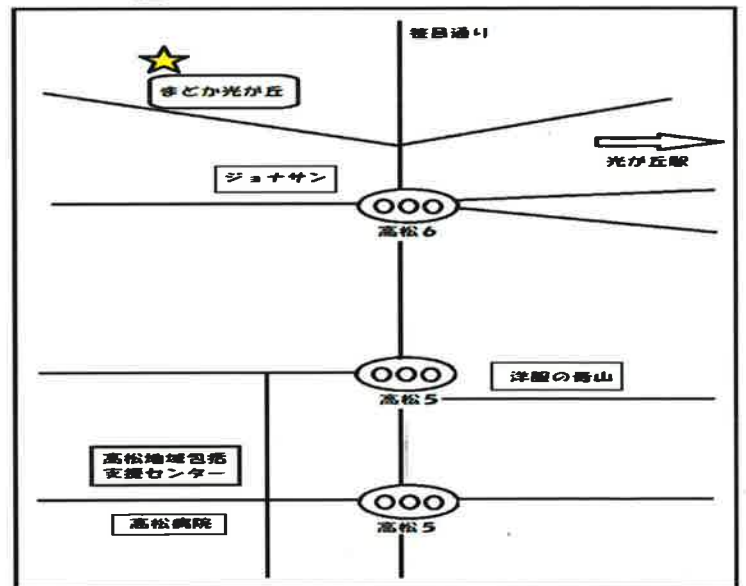
場所：有料老人ホーム

「まどか光が丘」

1階リビング（高松6-32-5）

※スリッパなどある方は

持ってきてください。



申し込みは19日（水）までをお願いします。

☆問い合わせ・申し込み先☆

高松地域包括支援センター

練馬区高松6-3-24（高松テイサービス内）

☎03-5372-6064

