

ほのぼのボール体操

皆さんと一緒に体操をしながら脳・身体の活性化を図りましょう。

★講師:柳田 美和先生 (介護予防運動指導員)

平成31年度予定表

場所:土支田**中央**地域集会所(2階)

土支田2-32-8(旧第五出張所)

日	時間
4月17日(第3水曜日)	午後2時~午後3時

場所:土支田地域集会所(1階)

土支田2-40-21(ライ7隣)

日	時間
5月15日(第3水曜日)	午後2時~午後3時
6月19日(第3水曜日)	午後2時~午後3時
7月17日(第3水曜日)	午後2時~午後3時
8月21日(第3水曜日)	午後2時~午後3時
9月18日(第3水曜日)	午後2時~午後3時

※安全の為、かかとのある履き物のご用意をお願いします。

【問い合わせ先】高松地域包括支援センター

電話:03-5372-6064