



# 春の風サロン

☆スポーツの秋☆

## 健康体操教室

スポーツの秋がやってきました！皆で楽しく体を動かして、体力づくりを行いましょう！

**日時：11月5日(火)10時～11時30分**

**場所：光が丘7-7-5集会所**

**講師：nagomi光が丘店  
運動インストラクター**



次回街かどケアカフェは11月19日(火)光が丘7-7-5で**脳**フィットネス体操を実施予定です。お楽しみに！

荒天時は実施有無は下記連絡先までご連絡ください。

☆問い合わせ☆ 高松地域包括支援センター(浅野・大月・小林・松本)  
練馬区高松6-3-24(高松テイサービス内) ☎03-5372-6064