

ふれあいデー

毎月第3土曜日

ゆりのき

ふれあい体操

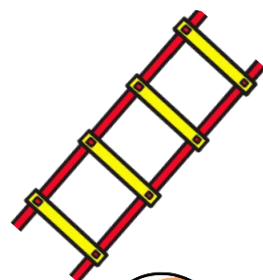
さまざまな道具を使った健康体操



ボール

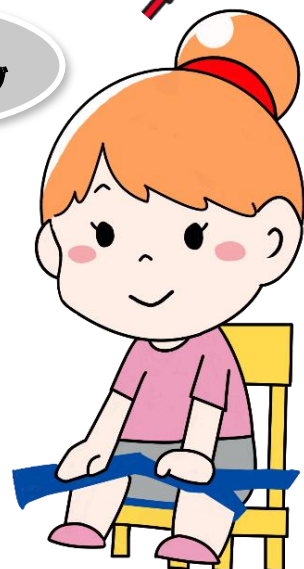
セラバンド

ラダー
トレーニング



見学だけでも OK!

皆様のご参加お待ちしております。



【開催日】

4月18日（土）

5月16日（土）

6月20日（土）

7月18日（土）

8月15日（土）

9月19日（土）

【時間】

10:00～11:00

【会場】 多目的ホール

【参加方法】

市内にお住まいの方であれば、
どなたでも参加することができます。（申込は不要）

老人福祉センターゆりのき荘