

令和8年度

ふれあいデー

毎月第3土曜日

ゆいのき

ふれあい体操

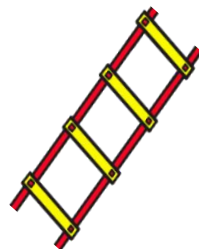
さまざまな道具を使った健康体操



ボール

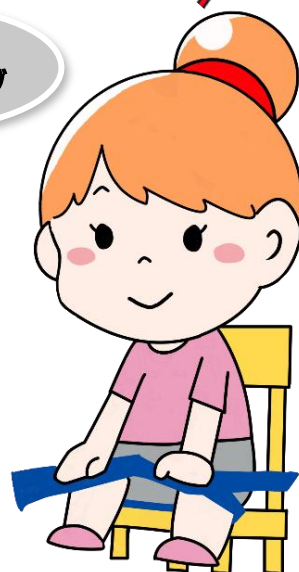
セラバンド

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】

9月19日（土）
10月17日（土）
11月21日（土）
12月19日（土）
1月16日（土）
2月20日（土）
3月20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。

（申込み不要 当日会場へ）

老人福祉センターゆいのき荘

☎048-992-6601 開館時間 9:30～16:00