

男のストレッチ



男性同士で和気あいあいと身体を動かしましょう。

日時 9月2日・30日(水) 10時~11時

場所 総合福祉センター1階 和室 参加費 無料

持ち物 水分補給用の飲み物・フェイスタオル・マスク

※初めて参加を希望される方は、事前に連絡をお願いします。

うたごえ体操

申込必要

気の合う仲間と音楽に合わせて楽しく動き、いっぱい笑顔になって免疫力を高めましょう。

日時 9月11日(金)・18日(金)

① 9時30分~10時15分

② 10時30分~11時15分 定員 各50名

(※定員に達しましたら、締め切ります。)

場所 総合福祉センター4階 大会議室 参加費 無料

持ち物 水分補給用の飲み物・フェイスタオル・マスク

◎申し込み方法◎

人数制限がありますので、事前に申し込みをお願いします。

感染拡大防止にご協力をお願いします

むつみ会 (ひとり暮らしのつどい)

ひとり暮らしの方同士のつどいです。毎月、いろいろな企画で開催しています。今回は、みなさんが楽しめるゲームを行います♪

日時 9月17日(木) 10時~11時

場所 総合福祉センター2階 会議室