

2023年度

「健康レク会」

予約は
まちかど保健室へ

第4金曜日 13:30~15:00
(14:30~コーラス練習)



無料

日付	内容	講師
4月28日	楽しく！レクと椅子ヨガ(コーラスなし)	かめさんズ
5月26日	楽しく！レクと椅子ヨガ	かめさんズ
6月23日	懐かしの歌で♪ 心わくわく！体らくらく！(コーラスなし)	滝(音楽療法士)
7月28日	楽しく！レクと椅子ヨガ	かめさんズ
8月25日	ムジカの会コンサート	ムジカの会
9月22日	楽しく！レクと椅子ヨガ	かめさんズ
10月27日	ハロウィン椅子ヨガ🎃☆彡	深津(ヨガインストラクター)
11月24日	楽しく！レクと椅子ヨガ(コーラスなし)	かめさんズ
12月22日	フラダンス(コーラスなし)	マイレ
1月26日	健康講座	まちかど保健室
2月23日	休み	
3月22日	楽しく！レクと椅子ヨガ	かめさんズ

※ 開始前にかめさんズと一緒にひまわり体操を行います。

場所：けやきテラス（豊明団地商店街内：二村台3-1-56）

予約・問い合わせ ふじたまちかど保健室 0562-95-0311
(10時~15時) *開催日当日より次回分を予約可能

問い合わせ 豊明市役所長寿課 0562-92-1261