生活機能向上プログラム

笑って楽しく身体を動かす

2月21日(金)

午後1時半～3時
やよいの園　2F大広間

先着30名

体操やレクリエーションを取り入れ、
脳や身体に刺激を与えて、
皆様と楽しく脳をトレーニングしましょう♪
楽しみながら脳を活性化しませんか？

講　師：瀬戸 順子 氏（町田福祉保育専門学校 講師）
対　象：６５歳以上の中野区在住の方
持ち物：上履き（転倒予防のためスリッパはなるべくおやめください）
※必要に応じてタオル・飲み物　など
参加費：無料
申　込：２月６日（木）～２月２０日（木）　※日・祝日を除く
ご本人が電話または直接やよいの園へ

お問い合わせ　やよいの園　）　※日・祝日を除く
開館時間：午前9時～午後5時（日祝休館）　電　話：3370 - 9841
住　　所：中野区弥生町3丁目33番8号　　担　当：田代