

リズム体操（城北）

筋力・体力が
落ちてきた

転ぶのが心配

認知症を
予防したい



そんなあなたにおススメです☆
インストラクターの先生と音楽に合わせて
一緒にカラダを動かしましょう♪

Rhythm~♪

日にち	時間
R4. 5. 9. (月)	10:30
完全予約制、2部制	~
※コロナの状況により中止の場合もあります。	12:00

場所：城北集会所（旭区赤川1-4-3）

参加費：無料 定員：30名

マスク着用にてお願いします！

お問い合わせ・お申し込みは、
旭区西部地域包括支援センターです。

TEL：06-6958-5030

主催：旭区西部地域包括支援センター

