

リズム体操（中宮）

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. 24. (火)	13:30
※小雨決行	~
※コロナの状況により中止の場合もあります。	14:30

場所：中宮老人憩の家 屋外

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
後援：中宮老人クラブ