

回覧

どなたでも参加OK、参加無料

# 新宿いきいきサロン

令和5年5月29日（月）

午後1時30分～3時30分

会場 新宿区民館

お気軽に  
ご参加  
下さい



## 内容 ☆東庄こじゅりん体操



誰でも簡単に出来る筋力アップの体操です！

椅子に座りながら、ゆっくり行います。

講師：町健康福祉課職員

## ☆日本舞踊

日本の伝統的な踊りをお楽しみください！

舞踊：花園流真秀会

## ☆レクリエーション

脳トレやゲームで頭と体を元気に保ちましょう！！

主催：橘地区社会福祉協議会

協力：こじゅりん体操サポーター

介護予防サポーター

東庄町社会福祉協議会

問合せ：新宿地区 民生委員・児童委員

岩瀬 等 ☎86-2719

柳堀浩秀 ☎86-4608



※ マスクの着用、消毒、検温にご協力をお願いします

※ ご不明な点がございましたら上記民生委員までご連絡下さい