

はつらつ体操・ゆのゆの水曜会

IN 池ノ島



はつらつ体操は第1・3水曜日に運動指導員に来てもらい、椅子に座ってできる体操を中心に運動を行っています。

ゆのゆの会は第2・4水曜日にボランティアの方やLSAで様々なイベントを開催しています。

対象者は、誰でも参加できます。申込は、材料費等がかかる時にお願いしています。

連絡先は、**LSA【0797-85-4501】**まで！

9月予定 はつらつ体操 2・16日 ゆのゆの会 9・23日 予定

8月の予定	池ノ島デイサービスセンターにて
5日 10:00～11:00	椅子に座って行う体操を中心にゲームをしながら運動を行います。費用400円 申し込み不要 下ばき
6日変更してます 13:30～15:00	夏祭り開催 盆踊り・ゲーム・かき氷お楽しみが一杯！ 費用無料 申し込み不要
19日 10:00～11:00	椅子に座って行う体操を中心にゲームをしながら運動を行います。費用400円 申し込み不要 下ばき
26日 13:30～15:00	カラオケ 費用100円 お茶お菓子付き 申し込み不要