



9月「通いの場みどり」のご案内

月	日	曜日	時間	テーマ（内容）
9月	3日	水	9:30～	健康運動指導士、（昼食）、合唱
	11日	木	13:30～	健康体操、マイナンバー／公共交通
	17日	水	9:30～	健康づくり普及委員、モルック（室内）
	25日	木	13:30～	ゆめクラブによるニュースポーツ等

＜場所＞ 緑が丘防災コミセン 集会室

※ 3日は昼食（持参も可）を挟み13:30に終了予定です。（午前中だけの参加も可）

なお、昼食に仕出し弁当を希望の方は550円徴収させていただきます。（要予約）

※ 11日は健康体操後、出前講座「マイナンバー／公共交通」を開催します。

※ 17日は健康づくり普及委員によるタオル体操など、その後モルックを行います。

※ 25日は健康体操後、ゆめクラブによるニュースポーツ等を行います。

どなたでもご参加できます。是非ご来場ください！

