



11 月「通いの場みどり」のご案内

月	日	曜日	時間	テーマ（内容）
11 月	5 日	水	9:30～	健康運動指導士、（昼食）、合唱
	13 日	木	13:30～	健康体操、出前講座「防火講話」
	19 日	水	9:30～	健康づくり普及委委員、輪投げ
	27 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

※ 5 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）

※ 13 日は健康体操後、出前講座「防火講話」を開催します。

※ 19 日は健康づくり普及委員によるタオル体操など、その後「輪投げ」を行います。

※ 27 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！

