

# 生きいき夢サロン

開催日時 5月9日(月)  
午後1時30分～3時30分

壱分町東自治会館にて

5月のサロン、前半は介護予防運動指導士の  
石橋先生に健康体操をご指導いただきます。

季節の変わり目、また 春バテもあり  
体調不良 大丈夫ですか？

健康体操で気分一新、ストレス解消。

後半はパラリンピック正式種目ボッチャゲームで  
楽しみましょう。

どなたでも参加いただけます。

どうぞお気軽に参加下さい。

お願いします。m(\_\_)m

❀ マスクの着用      ❀ 家での検温      ❀ 飲み物持参

上記よろしく申し上げます。

壱分町東自治会 夢サロン運営委員会  
後援：壱寿会

2022年5月1日 No.145

