

# 生きいき夢サロン

開催日時 9月13日(月)  
午後 1時30分～3時30

壱分町東自治会館にて

9月のサロンは、前半 介護予防運動指導士の石橋先生に 健康体操を御指導いただきます。コロナ禍で外出の回数も減り、運動不足が指摘されています。この機会に少し体を動かしませんか？後半はおみくじクイズでリフレッシュ！

9月12日迄「生駒市の感染拡大緊急警報」が発令されています。状況により止むを得ず中止させていただくこともあります。ご了承お願いいたします。初めての方、男女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。

お願いです。m( )m

❀ マスクの着用      ❀ 家での検温      ❀ 飲み物持参

上記よろしくお願ひします。

壱分町東自治会 夢サロン運営委員会  
後援 : 壱寿会

2021年9月1日 No.137