



出張型街かどケアカフェ（練馬区委託事業）

2024年度(令和6年度)

# 『のびのび体操』

椅子に座って行う健康体操です！

毎月第2金曜日実施

4月12日(金) 5月10日(金)

6月14日(金) 7月12日(金)

9月13日(金)

時間：午後2時～3時 体操

3時～3時半 茶話会

場所：南大泉青少年館

(南大泉図書館2階)

連絡先：5935-8321

やすらぎシティ地域包括

支援センター(織田・柴田)



◇保谷駅南口みどりバス「大泉第二小学校」  
徒歩1分



\* 持ち物 上履き・飲み物

\* マスク着用をお願いします

\* 地域高齢者の皆さん

どなたでも！ 無料です