



第10回 **健康体操教室**
ふれあいの集い を再開します

大町ふれあいの家の工事でお休みしていましたが、10月から再開しますので、皆様のご参加をお待ちしています。

10月14日（月）は、都合により10月28日に変更します。

期 日;令和6年 **10月28日（月）**

以降、毎月第2月曜日に行います。11月11日、12月9日、
令和7年1月13日、2月10日、3月10日（予定）

場 所;調布市大町ふれあいの家（大集会室）

人 数;30人程度（予約不要）

◆**健康体操教室（脳トレもやります）**

講 師;高松光子【健康運動指導士】

時 間;14時00分～15時00分

費 用;無料

持ち物;運動靴,タオル,水



◆**ふれあいの集い**

時 間;15時00分～17時00分

費 用;無料

内 容;テーブルでおしゃべりしながらお茶会,折り紙などの趣味で自由にお使い下さい。

