

まちの体操教室・羽塚

高齢者の独居生活や引きこもりがちの方が増えています。
面倒で外出しなくなっていないですか。
週1回、地域で体操することで、笑顔と元気が取り戻せます。
仲間と一緒に「まちの体操教室」を始めてみませんか！！



日時 毎週金曜日 14:00~15:00
受付/13:30~(祝日・お盆・年末年始休み)

場所 羽塚町公民館(羽塚町本郷56-3)

講師 健康づくりリーダー

持ち物 タオル、お茶/水、運動靴(室内用)

利用料 無料 (事前申込不要)

【R6 スケジュール】 *午前11時の時点で暴風警報が発令されている場合はその日の教室は中止です。

4月	5日	12日	19日	26日
5月		10日	17日	24日
6月	7日	14日	21日	28日
7月	5日	12日	19日	26日
8月	2日	9日	16日	23日
9月	6日	13日	20日	27日
10月	4日	11日	18日	25日
11月	1日	8日	15日	22日
12月	6日	13日	20日	27日
1月		10日	17日	24日
2月	7日	14日	21日	28日
3月	7日	14日	21日	28日

感染予防対策をして実施します

- ・気になる方はマスクを着用してご参加ください
- ・体調不良の症状がある方の参加はご遠慮ください



問合せ先 西尾市地域包括支援センター平坂(電話 55-7373)
西尾市役所長寿課地域支援事業担当(電話 65-2120)