

六原シニア連合会10月号

講演会開催します！

テーマ

11月1日 金曜
午前10時～11時30分

仏像は面白い！
六原そして東山の仏像を中心に

元東山区長

場所：六原学舎 地域交流室

講師：鷲頭雅浩様



関節を動かすことにより痛みがやわらぎますよ！

無理しない程度に体を動かしましょう

カラオケ会

★10月6日区民運動会がある場合は10月13日に行います。日曜
雨の場合は10月6日に行います。日曜
やすらぎ・ふれあい館
13時30分～



太極拳



毎月第1・第3
日曜日
午前10時00分～
やすらぎ・ふれあい館
★10月20日
11月は11月17日
※11月3日は休み

ラジオ体操



毎週火曜・金曜
午前9時30分～
東山老人福祉センター西側
★10月は
1・4・8・11・15・18・22・25・29日
11月は
1・5・8・12・15・19・22・26・29日

散歩の会

毎月第2・第4月曜日
やすらぎ・ふれあい横
六原公園集合 午前10時出発
※雨天中止

★ 10月28日 10月14日は祝日の為休み
11月は 11月11日・25日

六原学舎

やすらぎ・ふれあい館

東山老人福祉センターは
東山総合庁舎内西側

