

六原シニア連合会

4・5月号

年をかさねてもいつまでも

若々しく保ちたいですね

それには、絶えず身体を動かしましょう

カラオケ会

太極拳

ラジオ体操



毎月第1日曜日
13時30分～

やすらぎ・ふれあい館

★4月6日 5月は5月4日



毎月第1・第3
日曜日

午前10時00分～

やすらぎ・ふれあい館

★4月6・20日

5月は4日のみ



毎週火曜・金曜
午前9時30分～

東山老人福祉センター西側

★4月は

4月1・4・8・11・15・18・22・25日

★5月は

5月2・9・13・16・20・23・27・30日

散歩の会

毎月第2・第4月曜日 雨天中止

やすらぎ・ふれあい横

六原公園集合 午前10時出発

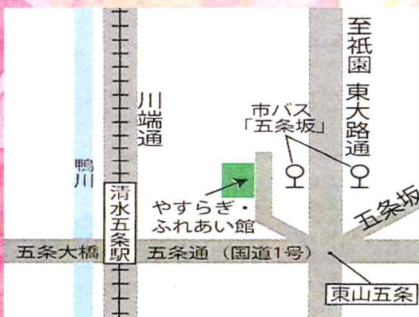
★4月14日・28日

5月12日・26日

自宅で、すこやか体操
YouTubeから



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

