



# 「健康体操」

始めます！！



「地域介護予防推進センター」より講師の先生をお招きし、健康体操を行います。一緒に楽しく体を動かしましょう♪

日時：令和8年5月13日（水）10：30～11：30

対象：地域にお住まいの65歳以上の元気な方

持ち物：水分補給の水分・汗拭きタオル

★動きやすい服装で来てください

定員：10人程度

参加費：無料

申し込み：児童館まで



京都市嵯峨広沢児童館

〒616-8305 京都市右京区嵯峨広沢御所ノ内町21-3

Tel/Fax 075-873-2125

