

江古田でイキイキ 生きるための知っ得講座

自分らしく生き抜くために地域の仲間と助けあい
支えあい暮らせることを目指して学びませんか

各日10:00~11:30 参加無料

2/26(火) 第4回 イキイキ元気の体づくり体操

講師 社会福祉法人慈生会中野トータルサポートセンター
健康運動指導士・介護予防運動指導員 川股典子さん

2/27(水) 第5回 イキイキ元気に介護予防

講師 社会福祉法人慈生会中野トータルサポートセンター
センター長 宮澤素子さん

2/28(木) 第6回 笑って笑って健康落語

講師 地域の二ツ目落語家 立川志ら門さん

参加資格 どなたでも
定員 30名 事前申込 (窓口または電話にて)
場所 江古田区民活動センター 2階洋室
(江原町2-3-15)

☆3月開催決定☆

3/16(土)こどもの認知症サポーター養成講座 3/27(土)こどもの料理教室

主催 江古田区民活動センター運営委員会

申込・問合せ ☎ 3954-6963

共催 江古田ボランティアネットワーク