

身体の専門家による体操講座とマッサージ体験が
無料で受けられるのはココだけ！！



たぶん..

健康体操講座 & マッサージ体験

【開催日】 毎月第3木曜日

※祝日の場合は変更

1月16日(木)
2月20日(木)
3月19日(木)

【時 間】

午後1時～2時 健康体操講座

午後2時～3時 マッサージ体験

コミュニティカフェ

ピアノの生演奏も
楽しめます♪

※マッサージ体験は5名限定予約制 1人10分程度

※コミュニティカフェではコーヒー、緑茶等を無料で提供します。

【会 場】

イリーゼ二子玉川ガーデン

※有料老人ホーム (世田谷区鎌田4-14-8)

【持ち物】

①内履き ②水分補給用の飲み物 ③コップなど

※③は体操後にコーヒー等を希望される方のみ

【申込み】

070-3946-9804

社会福祉協議会
喜多見地区事務局