

赤ちゃんから100歳まで

# アドシュガー 『上町ふれあいカフェ』

1月は...

## リズム体操♪

地域で活躍されている最上さんを講師にお迎えし、  
音楽に合わせて体操します！

お正月のんびりした～、お餅食べ過ぎちゃった～という方、  
お馴染みの曲に合わせて一緒に身体を動かしましょう！！

令和2年も楽しくスタートです！



### タイムスケジュール

10:00～ 開場

10:30～ リズム体操

11:30～ お昼ごはん

(カレーを作って待ってます！)

13:00～ 誕生会、輪投げ大会etc

カレーはなくなり次第  
終了だよ。  
早めに来てね！



### 『上町ふれあいカフェ』は

世代をこえて、みんなが集える居場所。  
地域のだれもがみんなウェルカムです！  
ママ友、パパ友、おじ友、おば友、ちび友…  
ここで幅広い仲間をつくりましょ！

■日時：令和2年 **1月14日(火)**

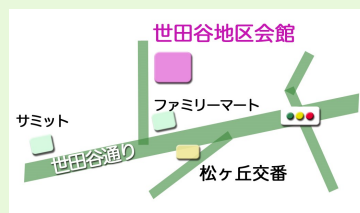
※10:00～13:30のお好きな時間にお越し下さい

次回の開催予定は3月10日です

※2月は祝日のためお休みです

■場所：**世田谷地区会館**

世田谷区世田谷2-25-10



■参加費：**300円**

代表：永田 090-5311-7574

連絡先：addsugar.setagaya@gmail.com

協力：上町地区社会福祉協議会



facebook、instagram やってます！