

令和5年度

誰でも参加OK!

みんなで公園体操

日時 毎月第2火曜日(雨天中止)

日程	4 / 11	5 / 9	6 / 13	7 / 11	8 / 8	9 / 12	10 / 10	11 / 14	12 / 12	1 / 9	2 / 13	3 / 12
時間	10:00 ~10:45			9:30 ~10:15			10:00~10:45					

中止の場合はホームページでお知らせします。

茅ヶ崎 公園体操



検索もしくは、右の二次元
バーコードからホームページ
にアクセスできます



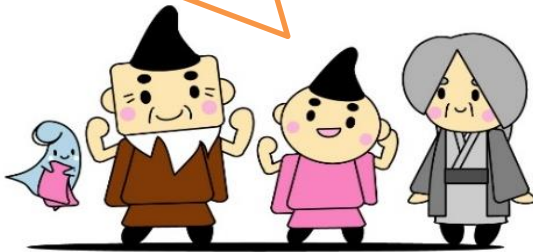
内容

呼吸筋体操、WAKKA体操、ちがさき体操

場所

第一カッターきいろ公園(茅ヶ崎中央公園)

誰でも参加できるよ♪



☞ 会場はこちら

申込

不要(自由参加)

持ち物

飲み物、汗拭きタオル、

レジャーシート(荷物置きとして必要な方)

高齢者支援リーダーが
お手本ぞよ!
赤Tシャツが目印ぞよ!

【お問い合わせ】

茅ヶ崎市役所 高齢福祉課 相談支援担当

TEL 81-7163(直通)

