

令和 8 年度 真岡市いきいき健康塾

# 中村すみれ会 参加者募集



月 1 回中村分館で認知症予防ボランティアのオレンジサポーターと楽しくストレッチや体操、脳トレをしています。参加費は無料でお子さんから大人までどなたでも参加できます。お友達もお誘いあわせの上、是非見学にいらして下さい。

(実施日時) 午前 10 時～11 時半 第 3 月曜日 (7 月、9 月は第 4 月曜日)

4 月 20 日(月)	5 月 18 日(月)	6 月 15 日(月)
※7 月 27 日(月) 第 4 月曜日	8 月 17 日(月)	※9 月 28 日(月) 第 4 月曜日
10 月 19 日(月)	11 月 16 日(月)	12 月 21 日(月)
1 月 18 日(月)	2 月 15 日(月)	3 月 15 日(月)

(場所) 中村分館 体育館 ※6～8 月、12～2 月は会議室

(持ち物) 上履き・飲み物

<見学・参加してみたい方は事前にご連絡下さい>

地域包括支援センター にのみや

(二宮コミュニティセンター内)電話・FAX 74-5139

