

令和6年度 真岡市いきいき健康塾

二宮さくらの会 参加者募集

月2回二宮コミュニティセンター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 通常第2・第4火曜日

※8月、12月は月に1回となります！

4月9・23日(火)	5月14・28日(火)	6月11・25日(火)
7月9・23日(火)	8月27日(火)	9月10・24日(火)
10月8・22日(火)	11月12・26日(火)	12月10日(火)
1月14・28日(火)	2月25日(火)	3月11・25日(火)

(場所) 二宮コミュニティセンター 301会議室

(持ち物) 飲み物 ※体温測定してからご参加ください。

みんなで楽しく体を
動かしましょう♪

<見学・参加してみたい方はお問合せください>

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

