

サークル活動紹介シート



活動写真

団体名

豊一地区福祉委員会
お達者クラブ

ジャンル

体操

活動日時

第1月曜日
午前9時半～12時

見学

可能・不可



活動内容

- ・ 血圧測定・・・呼吸が落ち着いたら測定します。
- ・ お達者体操・・・10時すぎより始めます。
- ・ お喋り会 ・ 昔遊び
- ・ ハーモニカ演奏による唄をうたう。
- ・ お茶にしましょう。
- ・ 終了

※椅子に座って行う軽い手足の運動。

お喋りしながら無理なく楽しく。

※1人住まいの方はお喋りする事を楽しみにおいでください。(無料です)



ご連絡先

担当者名

佐藤勝代

TEL 090-4769-9427

E-mail

豊一市民センター

指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト(株)

