



ひよりカフェ

12月15日(土) 1時半～3時半

*予約は不要です! 気軽に来てください☆彡

体を動かして、免疫力アップ Let's 笑タイム
《健康体操びより》

楽しく、笑いながら、ユーモアたっぷりの
体操を一緒に楽しみませんか?

フィットネスインストラクター

おおいずみ たまき
大泉珠希先生 に、お越しいただきます



『喫茶』タイム

⇒ お好きな飲み物とお菓子でほっこりおしゃべりしませんか?
何か心配事等ある方は、気軽に職員にお声かけください



参加費 : 300円



場所: 岩滝コミュニティーセンター“ひより”

〒629-2262 与謝野町字岩滝98-1 ☎46-5339