

楽しくつなげる健康生活♪

吾嬢の里 あづまのさと
健康教室

脳活性化!エクササイズ



11月18日(火)
14:00~15:30

楽しい道具を使って行う、
脳と身体エクササイズ♪
ゲーム感覚であそびながら、
健康維持&増進につなげよう!

【日時】令和7年11月18日(火)

14:00~15:30

【場所】八広地域プラザ 吾嬢の里
1階 多目的ホール

【定員】20名(先着順)

【参加費】無料

【持ち物】飲み物 ※動きやすい服装

【講師】松井 佐和子 氏

(公財)日本スポーツクラブ協会介護予防スペシャリスト/墨田区ラジオ体操連盟指導士

【申込期間】10月21日(火)~11月16日(日)

※当日空きがあればお申込みの受付可能です

【申込方法】お電話(03-6657-0471)または1階受付にてお問合せください
キャンセルされる場合は11月16日(日)までにご連絡ください



交通/アクセス
(最寄り駅・バス停)

- ◎ 京成押上線「八広駅」下車
はなみずき通り方面出口 徒歩7分
- ◎ 墨田区内循環バス 北東部ルート
⑬「東墨田二丁目」下車 徒歩3分
⑭「八広(八広駅)」下車 徒歩5分
- ◎ 都バス
錦37「八広六丁目」下車 徒歩2分
上23「東墨田二丁目」下車 徒歩3分

いそいそワクワク
みんなが笑顔みながらつくろう
吾嬢の里
あづまのさと

〒131-0041
東京都墨田区八広4-35-17
TEL 03-6657-0471
URL <http://www.azumanosato.com>

