



大津地区の 65 歳以上の皆様へ



大津地区社会福祉協議会
福祉委員会

令和 7 年度 第 6 回

いきいきサロン

清秋の候、いかがお過ごしでしょうか。

今回は「3 B 体操」です。誰にでも無理なく楽しめるスポーツです。

手具（ボール・ベル・ベルター）を使って、心と体をほぐしましょう。

ご参加をお待ちしています。

☆日 時 令和 7 年 1 1 月 1 3 日（木）
午前 1 0 : 0 0 ~ 1 1 : 3 0

☆場 所 大津コミュニティセンター 軽運動室

☆内 容 「3 B 体操」

☆講 師 原 潤子さん



○上履きをご持参ください。
○お茶を準備しています。
○タクシーを利用してお出かけください。
（利用料は無料です）

☆ お問い合わせは 大津コミュニティセンター （2 1 - 0 1 7 2）

※この事業は、出雲市社会福祉協議会の助成金・大津自治協会の交付金・香典返しや一般寄付を財源としています。

