

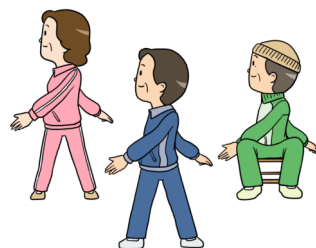
＼だれでも、いつでも、座ってもできる／

とこしゃんくらぶ

参加者募集！

定員**40**名

in 山口まちづくりセンター



令和**7**年度 開催日程

4月 11日・25日

5月 9日・23日

6月 13日・27日

7月 11日・25日

8月はおやすみ

9月 12日・26日

10月 10日・24日

11月 14日・28日

12月 12日・19日

1月 9日・23日

2月 13日・27日

3月 13日・27日

※12月19日は第3金曜日の開催です

「とこしゃん体操」は所沢市のオリジナル体操です

- 時間 受付：1時30分～
実施：午後1時40分～3時
- 会場 山口まちづくりセンター ホール
- 定員 40名（先着順）
定員になり次第締め切らせていただきます
- 対象者 おおよそ65歳以上の方
- 参加費 無料
- 持ち物 タオル・運動しやすい服装・水分は必ず持参してください
- 申込 事前申し込み制です
（現在、受付中です）
- 共催 山口地域包括支援センター・
山口まちづくりセンター
- 問合せ・申込先
山口まちづくりセンター窓口または
電話04(2924)1224まで

山口まちづくりセンター ☎04-2924-1224