

元気ダンス

定員 15 名

楽しい音楽にのって
介護予防のダンスをしよう!

講師 川向 優子
(日本介護予防ダンス協会
1級ゼネラルアドバイザー)

申込 1月11日～前日
#電話か直接翠風荘へ

2月2日(日) 10時～11時30分

持ち物 室内履き
タオル
飲み物

動きやすい服装で
お出てください!!

老人福祉センター 横浜市翠風荘
横浜市栄区野七里 2-21-1
☎ 891-4141 栄プールの隣



※ 60歳以上で、本人かお子さん・お孫さんが市内在住の方