

お茶処

もも 太郎

毎月第2火曜日

9:30~

11:30

※10:00~お楽しみタイム



赤ちゃんから高齢者まで…誰もが参加できる

“地域の広場” を開催

1月 22日(火)

9:30~11:30

参加費
100円

※お楽しみタイム(10:00)~「スクエアステップ」

頭と身体を鍛えます!

師走に入り、慌ただしくなりました。皆さん、お元気にお過ごしでしょうか?

来年の案内となりますが、1月の「もも太郎」のお楽しみタイムは「スクエアステップ」を用意しています。高齢者の転倒予防や成人の生活習慣の予防、子どもの身体機能向上などあらゆる年齢層の体力づくりに最適の足踏み運動です。飲み物も用意していますので、お気軽にお越しください。

問合せ:箕曲市民センター(63-0453)