

## 「地域交流サロン」

# すこやか体操

日時：1月23日(木)午前10時～13時

場所：むつ市中央2-30-4  
ふれあいホームひろば イベントホール

参加費：500円(昼食弁当付き)

申し込み〆切：1月21日(火)

元気にすごすために身体を動かしてみましよう。今回は「ふまねつ」という介護予防の体操です。

※動きやすい服装でお越し下さい。



「高齢者、子ども、障害者など、地域の多様な人達の交流や居場所」となる共生型サービス事業所「ふれあいホームひろば」を開所致しました。高齢者の方をはじめ市民の方々の「地域交流サロン」のイベントです。お気軽にお申し込み下さい。

申し込み先

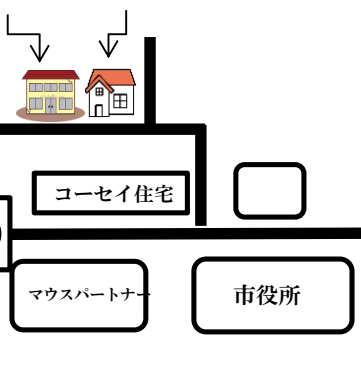
ふれあいホームひろば

むつ市中央2丁目30-4

Tel 0175-31-0086

ふれあいホームひろば

ファミリー・サポート・センター



主催：NPO法人 むつ下北子育て支援ネットワークひろば