

# 桜花台ふれあいサロン

桜花台ふれあいサロンは、健康づくり体操を中心に開催しています。

月2回(第1木曜日と第4木曜日)皆で体操やレクリエーションを楽しむことにより、介護予防や認知症予防に役立て、またお互いに声を掛け合って助け合える仲間づくりの場になることを願っています。

\*第4木曜日 11時～11時40分はおしゃべりサロンを開催しています。

## 令和6年度桜花台ふれあいサロン開催予定

場所 桜花台コミュニティセンター1階

開催日 毎月第1木曜日・第4木曜日

(但し、12月26日、1月2日はお休みです)

時間 第1木曜日 体操 10:00～11:00

第4木曜日 体操 10:00～11:00

” おしゃべりサロン 11:00～11:40



## 令和6年度 桜花台ふれあいサロン開催予定日

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
日	第1木曜日	4	2	6	4	1	5	3	7	5	/	6	6
	第4木曜日	25	23	27	25	22	26	24	28	/	23	27	27

申し込み不要／参加費無料 運動しやすい服装、タオル、飲み物をお持ちください

(天候の影響などにより 中止の場合があります )