

【主催】南瀬谷自治連合会 保健活動推進委員会

みんなで楽しく!



# ディスコ★体操



2020年3月1日(日)

13:30~15:00 (13:00 受付開始)

★会場 南瀬谷小コミスク

70's~80's DISCO  
昭和歌謡 DISCO

美容  
と  
健康



老若男女問わず  
どなたでもどうぞ

親子参加OK!  
椅子に座ったままでもOK!

※毎月第1日曜に開催!

(場所はA集会所、B集会所、南小コミスクのいずれか)

介護  
予防

★持物 室内履き・タオル・飲み物

※動きやすい服装でお越し下さい。

申込不要



【お問合せ】

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ

担当 金子 恵理 (生活支援コーディネーター)

☎ 045-304-1291

あいさついっぱい  
みなみせや

【共催】下瀬谷地域ケアプラザ 生活支援体制整備事業