

特別養護老人ホームゆいの杜とシニアサポートセンター社協岩槻共同企画

10/26  
(木)

参加  
無料

日時：令和5年10月26日(木)10時～11時30分  
会場：岩槻駅東口コミュニティセンター3階ワッツルームA+B  
持ち物：運動が出来る格好・タオル・飲み物  
対象者：岩槻区内にお住いの健康と

体操に興味ある高齢者

いつまでも健康でいるための体操教室です

# ゆいゆい健康体操クラブ

## ロコモ美立体操でロコモを予防!

ロコモを予防して綺麗に美しく立つ

### 第2回

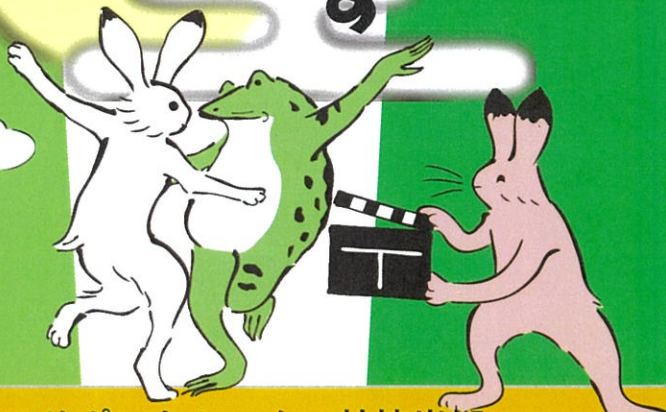
「美しく立ち動く」事の大切さを理解し、  
「上手なからだの使い方」を共に学んで  
日常生活に取り入れませんか?



講師

東京在宅サービス  
小久保智弘氏

東京在宅サービスは  
医療・介護・福祉の  
分野で社会貢献のお  
手伝いをしています。



申込み／お問い合わせ シニアサポートセンター社協岩槻

☎048-758-4395

10/23締切