

いこい通信

第6号

活動の紹介

いきいきスマイルクラブ

いきいきスマイルクラブでは月2回「元気に楽しもう！」をモットーに体操やゲームなどを行っています。



脳トレゲームもしています



ボールを使って体操したり

活動日時：毎月2第・第4水曜日
午前10時～11時
わいわい楽しんでいますよ！
一緒に体を動かしませんか？
たくさんのご参加おまちしています♪

6月の教室は、14日（水）
と28日（水）です。

クールダウンで
ゆっくり体を伸ばして



南部老人憩いの家よりお知らせ

「リズム体操&レクリエーションダンス」を行います。

あのことろ聞いた「懐メロ」に合わせて楽しくダンスしましょう！



と き：6月30日（金）
午後1時30分～3時
ところ：南部老人憩いの家大会議室
参加費：無料
対象者：市内在住60歳以上（先着15名）

※5月30日（火）より受付しています。
ご参加おまちしていま～す！



～今月のつぶやき～

電車での出来事。
前の座席の若者ふたり、お友だちでもお知り合いでもなさそう…
なのに！足元からチラ見えた靴下がなんと！おそろい(≧▽≦)ノでした。