



# 小竹地域集会所 出張型街かどケアカフェ

令和6年度 練馬区健康体操普及会 開催予定日

場所:小竹地域集会所 集会室 (小竹町1-63-2)

日程:令和6年 11月27日(水)

令和7年 1月22日(水)

3月26日(水)

時間:14時30分~15時30分

椅子に座ってできるストレッチや筋トレを行います。

お飲み物・フェイスタオル、お持ちの方は5本指ソックス

をご準備の上お越しく下さい。



~ お申し込みについて ~



**予約制**になりますが、人数に満たない場合は当日でもご参加可能です。

参加人数:先着15名様まで

予約方法:次回開催日の前日までにお電話にてお申込み下さい。

【申し込み・連絡先】 第2育秀苑地域包括支援センター

電話 03-5912-0523

