

楽しく体を動かしたい方

にこにこ体操サークル

毎週金曜/老人福祉センター会場

Aグループ：午前9時30分～10時15分

Bグループ：午前10時30分～11時15分

※令和3年7月23日、令和4年2月11日はお休みです。



利用について

概ね65歳以上の方でしたら、参加できます。定員がありますので、参加希望の方は事前にお申し込みください。

送迎バスを利用される方は、手を挙げて運転手に合図しご乗車ください。

持ち物

動きやすい服装で、タオル、飲み物、料金（500円）をご持参ください。

サークルに参加される際は、マスクの着用をお願いします。また、体温が37.5℃以上の方や風邪症状のある方は、参加をご遠慮ください。

※初回のみ年間保険料1,200円が必要です。（保険料支払い日の翌日以降（次回）から体操に参加できます。初回から参加されたい方は事前にご相談ください）

