

2 月 度
し お さ い サ ロ ン

節分で福を招こう
一年の健康祈願

2月8日(土)

午後 1:30 ~ 3:30

老人憩の家 しおさい南湖 (中町老壮クラブ企画)

♪ 2月度は、次の内容でおこないます ♪



健康体操

茅ヶ崎体操で体力向上と
姿勢改善を目指そう



ハワイアン演奏

『メレ オハナ ガラット』



歌声サロン

元気に歌おう



健康チェック

血圧測定、健康相談



60歳以上の方、気軽にご参加ください
体調が不安な方は参加をご遠慮ください

