

代沢地区

地区サポーター 講座 & ミーティング (懇談)



ボランティア
活動に興味の
ある方、大歓迎！

地区サポーター
の活動をご紹介します。

どうぞ
お気軽にご参加
ください！

スローエアロビック を体験してみよう

地域活動の
参考に！

「開く・伸ばす・ひねる」の3つの要素を取り入れた
運動初心者でもできるエクササイズです。

日時

令和5年2月24日（金）
午後1時30分～3時

場所

代沢まちづくりセンター活動フロアー
（代沢5-1-15）

申込み

【問合せ先】まで、お電話ください

対象

地区サポーターまたは、
ボランティア活動に興味の
ある方

【問合せ先】

北沢地域社会福祉協議会事務所

TEL

03-5787-8537

担当

木村・平光

★コロナウィルス感染拡大状況によっては、中止になることがあります。