



# 三宿池尻ちく通信

## ラジオ体操始めます！



### 自宅にずっと閉じこもっていませんか？

動いていないと足腰がどんどん弱っていき、生活にも支障がでてくる事態になりかねません。そうならない為にも、コロナ禍の今だからこそできることをしよう！と、有志の皆さんと一緒にラジオ体操を始めることになりました。お出かけ前やお買い物の前などに、ぜひお気軽にお立ちよください。

日時：第2、4月曜日 10時～10時15分  
場所：池尻3丁目公園グラウンド(池尻 3-27-21)  
※雨天中止 ※祝祭日は開催しません。  
※飲み物ご持参ください。



コロナに負けない  
体を作ろう！

## 体を動かすミニデイ(※)をご紹介します

※社会福祉協議会が支援する地域支えあい活動を担う団体です。ミニデイは介護・認知予防を目的とした、会食が含まれる活動です。コロナ禍のため、現在会食はおこなっておりません。

いきいき  
世田谷  
GG会

日時：毎週火・木曜日 9:30～11:30  
※コロナ禍の為時間を短縮して実施中  
活動内容：グランドゴルフ  
場所：子供の広場公園  
参加費：250円



屋外でやっています

ひなた  
ぼっこ

日時：第3金曜日 10:00～11:00  
※コロナ禍の為時間を短縮して実施中  
活動内容：軽体操&レクリエーション  
場所：池尻団地集会所  
参加費：無料



屋内でやっています

ご参加ご希望の場合は、下記電話番号までお問合せください。

《お問い合わせ》  
社会福祉協議会 池尻地区事務局  
TEL:090-9818-3040 担当：さとう/おざわ

