

きたざわ苑で



仲

間

づ

く

り

第1回

はじめませんか?

日時： **2026. 5/14** 木 10:00-11:30

スポーツ： 軽体操・ボッチャ・モルックなど

場所： きたざわ苑（北沢5-24-18）  
交流室（1階）

対象： 60代～大歓迎

（車いすの方、杖歩行の方もご参加できます）

参加費： 無料

定員： 20名 事前のお申し込みが必要です

その他： 動きやすい服装・お飲物をお持ち下さい



2回目以降

日時： 毎月第2木曜日

10:00～11:30

場所： きたざわ苑 1階交流室

開催日： 6/11, 7/9, 8/休, 9/10

10/8, 11/12, 12/10

1/14, 2/休, 3/11

お問合せ・申し込み

北沢地域社会福祉協議会事務所

きたざわ苑（北沢5-24-18）



03-5787-8537