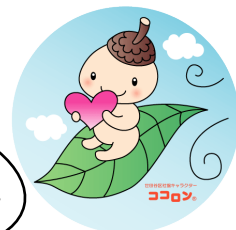


身体（からだ）の専門家による体操講座とマッサージ体験が無料で受けられるのはココだけ！！

たぶん..



# 健康体操講座 & マッサージ体験

【開催日】 毎月第3木曜日 ※祝日を除く  
( 4/16 ・ 5/21 ・ 6/18 )



【時 間】 午後1時～2時  
午後2時～3時

健康体操講座

- マッサージ体験  
(5名限定予約制 1人10分程度)
- コミュニティカフェ  
(コーヒー、緑茶等を無料で提供)
- ミニ講話(随時開催)  
(4月は「人生会議」について)  
(6月はダスキンによる「体組成測定」)



【会 場】

## イリーゼ二子玉川ガーデン

※有料老人ホーム (世田谷区鎌田4-14-8)

【持ち物】

- ①内履き ②水分補給用の飲み物 ③コップなど  
※③は体操後にコーヒー等を希望される方のみ

【申込み】

### 070-3946-9804

社会福祉協議会  
喜多見地区事務局