

# 三宿ハミングクラブ



保健センターから派遣された「運動指導員等による軽体操」や、国立音楽院の学生と音楽療法士の先生の歌や音楽を通して、楽しく元気に過ごそうをモットーに活動しています。



- ★場所: コーシャハイム三宿テラス  
コミュニティールーム  
(三宿 2-16-10)
- ★日時: 毎月第4水曜 = 音楽療法  
毎月第4金曜 = 軽体操
- ★水分補給用のお水を各自ご用意ください。



《お問い合わせ》  
社会福祉協議会 池尻地区事務局  
担当: 稲森・小林 TEL:090-9818-3040