

# 座ってできる リズム体操♪

～歌って楽しく体を動かそう～



講師

デイサービスセンター  
しあわせ花園  
管理者 / 石丸 智行 氏  
相談員 / 黒須 恵津子 氏



日時

令和5年 9月 29日(金)  
13時 30分～15時 00分

会場

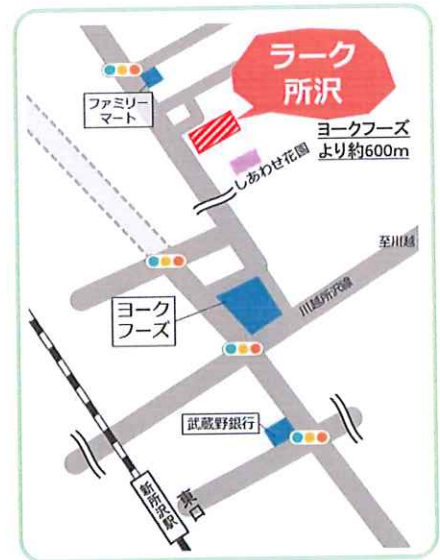
ラク所沢 ホール  
住所：所沢市花園2丁目2400番地の4

内容

- ◆ギターやピアノに合わせたリズム体操
- ◆合唱 など

その他

- ・上履き、水分補給用の飲み物をお持ちください
- ・動きやすい服装でお越しください
- ・参加費無料、申し込み不要です
- ・合唱の際はマスクの着用をお願いします



●おまけ●

所沢市の認知症施策の一つ  
「トコロんおかえりQR」をご紹介します

お問い合わせ

新所沢東地域包括支援センター

☎ 04-2968-8899 (平日 9:00～17:00) FAX 04-2968-7789

※会場へのお問い合わせはご遠慮ください

共催：医療生協さいたま新所沢東支部 新所沢東地域包括支援センター



地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています。