

南宇治 楽笑くらぶ

～ 一笑 一若 一怒 一老 ～

「大いに笑えば一歳ずつ若返り、怒ったり悲しんだりすれば一歳ずつ老いる」
…中国の諺より

場 所	時 間	実施日（全6回）	
南宇治コミュニティセンター 1階 大会議室 第2木曜日	（午後） 1時半～3時 固定定員20名	4月9日	5月14日
		6月11日	7月9日
		8月13日	9月10日
リエゾン宇治おおくぼ 1階 地域交流センター 第3木曜日/上履き必要	（午後） 1時半～3時 固定定員20名	4月16日	5月21日
		6月18日	7月16日
		8月20日	9月17日

65歳以上の方・参加費無料

*内容：毎月1回 半年間（全6回）、若返りをめざす、お話や体操

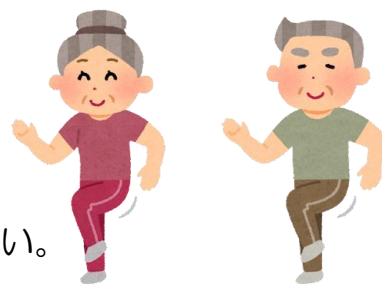
*講師：理学療法士 田中 あゆみ氏

※各会場とも、駐車場・送迎はありません。

※準備の都合上、15分前からの開場となります。

※介護予防手帳の記録編をお持ちの方はご持参ください。

※動きやすい服装・水分ご持参でお越しください。



<お問い合わせ先>

南宇治地域包括支援センター（平盛小学校内）

☎45-1544

時間：9：00～17：00にお願いします。（日曜日・祝日は休みです）

リエゾン宇治おおくぼ（午前の会場）
1階 地域交流センター
（大久保町山ノ内55-2）



南宇治コミュニティセンター（午後の会場）
1階 大会議室
（大久保町上ノ山42-3）

