



いっしょに体操をしましょう！！

元気の体操

- ☆ラジオ体操
- ☆すいたはつらつ体操
- ☆プラスワン～当日のお楽しみ
健康づくりミニ情報など

コロナ禍ですっかり身体が
なまってしまったなあ
だれかと少し身体を動かし
たいなあ

こんにちは！「元気になろうかい」です。
どなたでも参加できますので、一緒に体操をして身
体を動かしましょう♪ 感染予防対策のため、予め
申し込みをお願いします。

申込・問合せ先

吹田市千里山・佐井寺障がい者相談支援センター
でんわ：06-6386-5455

6月の予定

6月 7日(月)10:15～11:15 千二地区公民館
6月17日(木)13:00～14:00 千里山・佐井寺図書館
6月24日(木)10:15～11:15 佐井寺地区公民館



「元気になろうかい」～コノマチカラ

