



いっしょに体操をしましょう！！

元気の体操

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

☆ラジオ体操

☆吹田はつらつ体操

☆プラスワン～当日のお楽しみ
健康づくりミニ情報など

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：06-6170-1785

7月の予定

7月 5日(月)10:10～11:10 千二地区公民館

7月 8日(木)13:10～14:10 千里山・佐井寺図書館

7月29日(木)10:10～11:10 佐井寺地区公民館



「元気になろうかい」～コノマチカラ

