

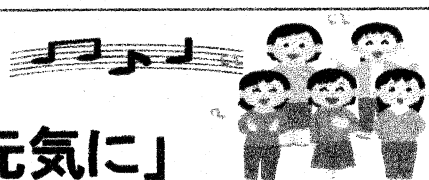
〈令和 6 年 3 月度〉

【ふれあい赤坂お知らせ】



日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。 今月はお馴染みの「ハツラツ元気体操」に加えて
第 5 金曜日(3/29)には『ふれあい音楽サロン』を実施致します。

□場所 赤坂町公民館

日(曜日)	内 容
1 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分~*2 回目:14 時 30 分~
8 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分~*2 回目:14 時 30 分~
15 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分~*2 回目:14 時 30 分~
22 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分~*2 回目:14 時 30 分~
29 日(金)	ふれあい音楽サロン  「懐かしの歌で心と体を元気に」 ◇講師 ましお まさこ 真尾 雅子先生(音楽療法士) *1 回目:13 時 30 分~*2 回目:14 時 30 分~

〈ふれあい赤坂実行委員会〉