

地域交流スペース

ひだまり



下田自治会

開催場所：下田地区センター

★心とからだのリフレッシュ★

午前10時30分～11時30分

ゆったり体操・脳トレ
レクリエーション

開催日時
毎月：第1（水）
第3（水）
＝体操＝
10：30より
11：30まで
＝サロン＝
13：00より
14：00まで

幸せを呼ぶ★ストラップ

11月7日（水） 午後1時より

材料費：200円

募集人数：20名 **小物づくり**



歌って!しゃべって!奏でて!

11月21日（水） 午後1時より

みなさんご一緒に歌いましょう

演奏・歌：寺本 美保さん（音楽療法士）

どなたでも、お気軽に
ご参加いただけます

11月11日（日）
「下田自治会防災訓練」
万願寺交流センター前にて
皆さんで、体験しましょう。

（お問合せ）

中嶋 090-4076-1982

【揭示期限11月22日】