



草加市在宅福祉センターきくの里 主催事業
きくの里フィットネス特別企画



メンカツ!

～メンズの活動教室～

!! 好評につき、追加開催!!

無理なく動いて、元気に!



対象：草加市在住の高年者 男性

最大6名程度

日時： 第4火曜 (全3回)

10月27日、11月24日、12月22日

※ 1回だけの参加も可

13:30～14:45 (1時間15分)

場所： きくの里 2階小会議室

持ち物：
運動しやすい服装と飲み物



内容

きくの里職員による
運動

座っても立ってもできる運動です!

申込不要

参加費無料



谷塚駅⇄きくの里 (近隣の乗降場) 送迎実施中

お問い合わせ 電話：048-929-3611
社会福祉法人草加市社会福祉事業団
草加市在宅福祉センターきくの里



きくの里HP



事業団HP



facebook



事業団LINE



草加市在宅福祉センターきくの里 主催事業
きくの里フィットネス特別企画



メンカツ!

～メンズの活動教室～

!! 好評につき、追加開催!!

無理なく動いて、元気に!



対象：草加市在住の高年者 男性

最大6名程度

日時： 第4火曜 (全3回)

10月27日、11月24日、12月22日

※ 1回だけの参加も可

13:30～14:45 (1時間15分)

場所： きくの里 2階小会議室

持ち物：
運動しやすい服装と飲み物



内容

きくの里職員による
運動

座っても立ってもできる運動です!

申込不要

参加費無料



谷塚駅⇄きくの里 (近隣の乗降場) 送迎実施中

お問い合わせ 電話：048-929-3611
社会福祉法人草加市社会福祉事業団
草加市在宅福祉センターきくの里



きくの里HP



事業団HP



facebook



事業団LINE