

宮崎こうしん坂公園体操

日時：月末の火曜日 雨天中止 10時～10時30分まで

場所：宮崎こうしん坂公園

対象：お子様から高齢者の方までどなたでも

ストレッチ「風の中で」 ラジオ体操第1・第2

ビオラ宮崎オリジナル「青い山脈」「リンゴの唄」

(お子様と一緒に楽しめる体操もあります)

専門職によるミニ運動・栄養講座

川崎市・宮前区からのお知らせを配布

当日は自宅で検温し、発熱がないことを確認してから、お越しください。

マスクの着用をお願いします。



お問い合わせ主催：地域包括支援センタービオラ宮崎
044-948-5371