

好評につき、またまた開催します！！

# 「ふまねっととおしゃべりの広場」



「ふまねっと」はゆっくりとネットを踏まないように歩くことで、楽しみながら、認知症の予防や転倒の予防が期待できる運動です。年齢に関係なく、どなたでも、楽しく気軽にできます。

お茶の用意もごさいます。

☆見に来るだけでも ok!!

☆お茶を飲みながらおしゃべり  
だけでも ok!!

ネットを踏まずに  
ゆっくり  
のんびり!

みんなで楽しく  
脳とからだの  
健康づくり!



申込みはいりません。直接会場にお越しください！  
誰でも自由に参加できます。一緒に楽しく運動しましょう！

日時：平成30年2月23日（金）

13：30～14：30

場所：大地みらい信用金庫羅臼支店 2階  
（栄町100番地55）

参加費：無料

服装・持ち物：運動しやすい靴でお越しください。

主催：ふまねっとサポーター らうすクリオネの会  
羅臼町役場

問合せ先：羅臼町役場 保健福祉課  
保健師 飯島  
87-2161