

好評につき、3回目。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、となたでも、楽しく気軽にできます。

お茶の用意もございます。

☆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3月27日（火）

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