

幌西地区連合町内会のみなさまへ

令和8年2月吉日

主催	幌西地区連合町内会	会長	土井 清純
〃	保健部	理事	片岡 うつ子
〃	保健部	部長	池田 正子

みんなで楽しく ふまねっと&カフェ!!

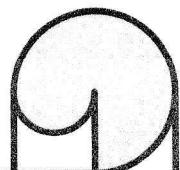
運動した後楽しいおしゃべりしませんか？

日 時 **3月6日(金)** 午前10時～12時

場 所

幌西会館

(南11条西14丁目)



ふまねっと運動で生涯現役歩行者を目指そう!!

ふまねっと運動…50センチ四方のマス目で出来た大きな網を床に敷き、リズムに合わせこの網を踏まない様にゆっくり歩く運動です。失敗しても笑いながら、みんなで楽しく交流の輪が深まります



★ 申込み 幌西会館 TEL561-3256 3月2日(月)まで

幌西会館（土・日・祝日休み）○平日 9:00～17:00 にお願いします

先着30名です