

令和7年度第2回
連雀高齢者地域支援連絡会



誰でも
参加OK

座って
体操♪

教えて！あなたの笑顔の秘訣第2弾
～人生は続く 生きがいとともに～

日時：令和7年 10月 31日（金）
PM 2:00 - 4:00



場所：三鷹市連雀コミュニティ・センター
2階大会議室（下連雀七丁目15番4号）

内容：①三鷹でエンジョイする90代の「あの人」のお話
②みんなで笑顔になろう体操



体操講師：デイサービス ゲンキネクスト

申込：下記いずれかの方法でお申し込みください

【電話】0422-40-2635

【申込フォーム】右のQRコードから →

申込締切り：令和7年10月24日（金）



みたか地域ポイント付与対象事業 **みたかポ**

この事業はみたか地域ポイント付与の対象となります（受講で100Pt）
ポイントの取得は、アプリまたはスタンプカードどちらかを選べます。（アプリ推奨）

問合せ：三鷹市連雀地域包括支援センター0422-40-2635

