

だれでも、いつでも、座ってもできる

とこしゃんくらぶ

参加者募集!

定員**33**名

in 山口まちづくりセンター

令和**4**年度 開催日程



4月 8日・22日

10月14日・28日

5月13日・27日

11月11日・25日

6月10日・24日

12月 9日・23日

7月 8日・22日

1月13日・27日

8月はおやすみ

2月10日・24日

9月 9日・30日

3月10日・24日



※9月30日は第5金曜日の開催です

「とこしゃん体操」は所沢市のオリジナル体操です

- 時間 受付：1時30分～
実施：午後1時50分～3時
 - 会場 山口公民館 ホール
 - 定員 40名（先着順）
※定員になり次第締め切らせていただきます
 - 対象者 おおよそ65歳以上の方
 - 参加費 無料
 - 持ち物 タオル・運動しやすい服装・水分は必ず持参してください
 - 申込 事前申し込み制です
※現在、受付中です
 - 共催 山口地域包括支援センター・山口まちづくりセンター
 - 問合せ・申込先
山口まちづくりセンター窓口または電話04(2924)1224まで
- ※新型コロナウイルスの感染状況によって、中止となる場合があります。

山口まちづくりセンター ☎04-2924-1224