



平成28年度 第3回「明るく・楽しく・元気に交流会」

【開催日時】 平成28年11月30日(水) 10時～14時		
【開催場所】 下松市勤労者総合福祉センター 体育室、研修室		
【交流会目的】 市内60歳以上の男女を対象に、生きがいつくり支援活動として介護予防セミナーを開催し、健康で明るく楽しく元気に、生活できる喜びや、交流会に参加することにより社会参加への意識の向上を図ることを目的とする。		
当日スケジュール		
時間	次第	担当
10時～	あいさつ	事務局 水上 由美子
10時05分 ～ 11時30分	『リズム体操を通して楽しく 交流しましょう』 	【指導者】 コンディショニングトレーナー 田引 佳子 先生 
11時30分 ～ 14時	休憩・昼食・団らん	

【参加者：24名】

