

回覧

令和6年3月吉日

笑顔いっぱい体操の会代表 田中 尚子

新会員募集と体操日のお知らせ

令和6年4月から、老若男女を問わず、新会員を募集します。「暖かくなってきたから、そろそろ身体を動かしたい」「体操を始めてみたい」「話し相手がほしい・話しを聞いてほしい」等々の方がおられましたら、是非参加してみてください。試しにきてみてください。試しは、月3回の体操日（祭日は除く）の内1回来てみてもOKです。以下はおおよその会の流れです。

午後2時～ ゆったりした音楽に合わせて、椅子に座って体を動かします。

午後2時10分頃～ ラジオ体操から行います。途中疲れたら休憩してOK

午後2時30分～45分 休憩 おしゃべり（各自飲み物を用意ください）

午後2時45分～55分 体操 2時55分～3時 片付け 終了

1・体操会場と体操日と会費 塩川町公会堂 第5会議室 月200円会費

2・体操日 4/3 4/10 4/17 5 5/1 5/8 5/15

6/5 6/12 6/19 7/3 7/10 7/17 8/7 8/14 8/21

9/4 9/11 9/18 10/2/ 10/9 10/16 11/6 11/13 11/20

12/4 12/11 12/18 (この期日中、暑気払い・忘年会があります)