

こもれび体操

※体操内容は予定となっており、内容は変更する場合があります。
体操の内容を見て、お手伝いできる住民の方は包括職員にお声かけ下さい。

日時：3月24日（金）

10：00～10：45

内容：フォークダンス

（マイムマイム・ビタペット）



～2月報告～

2月もあいにくの雨で中止となりました。
ここ数カ月、天候に恵まれず皆さんと
お会いできない日が続いています。
3月は皆さんとフォークダンス
できるといいですね。



対 象：65歳以上の
北青葉台在住の方
場 所：青葉台公園（北青葉台中央公園）
持 ち 物：お茶や水など水分補給できる物
手袋・帽子などの防寒具
問合せ先：河内長野市中部
地域包括支援センター
0721-55-3451

※貴重品は持参をお控えください。
手荷物は自己管理でお願いします。
※動きやすい服装・履きなれた靴で
ご参加ください。
※感染対策のため、当日参加者の氏名・
連絡先を伺います。
※雨天、降雪の場合は中止となります。
判断しかねる場合は、お問い合わせ
ください。