

地域包括支援センター

## モーニングパークからのご案内

地域で気軽に参加できる  
集いの場

# 溝沼しっこサロン

**日時：※毎月第3木曜日開催**  
**14：00～15：00**

**場所：溝沼町内会館（溝沼市民センター3階）**  
**朝霞市大字溝沼1057-3**

**対象者：おおむね65歳以上の方**

**内容：イスに座って出来る簡単な体操**  
**茶話会**

**参加費：100円**



★お好きな飲み物を飲みお話したい方

★体力や筋力の低下が心配な方

**お気軽にお越しください**



**お問合せ ☎0120-247-355**

**〒351-0023 朝霞市溝沼3-2-26**

**地域包括支援センターモーニングパーク**