

縁 YUKARI〜サロン

無料

だれでも参加できるヨガ体操

心と体にやさしく、毎日を美しく、健康に過ごすための体操です
今の体力の維持・向上を自分のペースでできるので安心です

日時 平成28年2月29日(月)
午後2時～3時(1時間)(体操とお話を含む)

講師: 社会福祉法人永寿荘リハビリデイサービスnagomi大宮北店スタッフ菅野さん

会場 地域活動支援センターベルベッキオ

【北区東大成町2-255 コインランドリーピュアと同じ建物】

定員 15名程度(予約制) ※動きやすい服装でお越しください

《ご予約・お問い合わせ》

共催

①地域活動支援センターベルベッキオ

048-651-7728(担当:タカハシ・コスギ)

②シニアサポートセンター諏訪の苑

048-662-7600(担当:ナガマツ・オガワ)

『縁〜YUKARI〜サロン』とは?

地域の皆さんがYUKARIサロンを通して、交流が広がり、人や様々な物事とつながることで、生活がワクワク楽しく、いきいき充実したものになるよう、つながりの「縁」ができることを期待して名づけました。

また、「YUKARI」は「ユーカリ」の意味もあり、ユーカリの木は根から水を吸い上げる力が強い、縁起の良い植物とも言われ、皆さんが地域で力強く暮らせるようにという思いも込めました。

