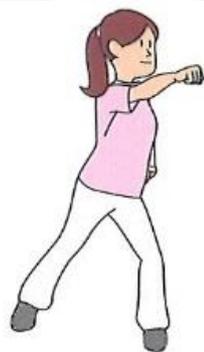


いきいき体操

みんなで目指そう「介護予防のまちづくり！」

申込不要

- 日 程：毎週月曜日 (祝日・第5月曜は除く)
- 時 間：午前 10 時～11 時
- 場 所：北新宿第二地域交流館 広間
- 対 象：60 歳以上の新宿区民の方
- 定 員：20 名程度(当日先着) ● 参加費：無料
- 講 師：新宿いきいき体操サポーターのみなさん
- 持ち物：飲み物・動きやすい服装
- 申込み：不要です。お気軽にご参加ください。



「新宿いきいき体操」が
北新宿第二地域交流館で始まり
ました。サポーターのみなさんと
一緒に楽しく体を動かしましょう！



JR 東中野駅東口 徒歩10分・JR 大久保駅北口 徒歩14分
丸ノ内線・大江戸線中野坂上駅 A1 出口 徒歩15分
新宿駅西口より関東バス「宿05」系統・野方駅行き
「北新宿」バス停下車 徒歩4分

★新宿区立北新宿第二地域交流館★
指定管理者：社会福祉法人 奉優会
〒169-0074 新宿区北新宿 3-20-2
TEL：03-5348-6751