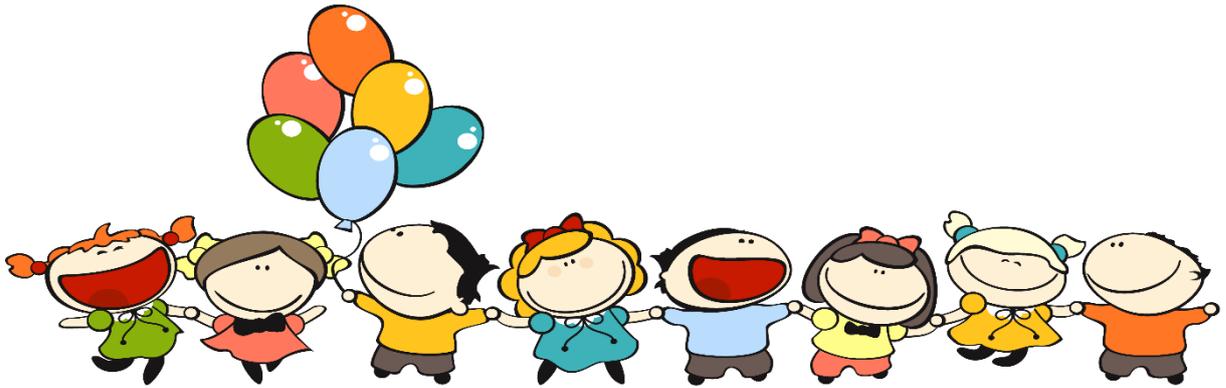


# お友達をご紹介くださ〜い！ キャンペーン 4館合同



紹介者と登録者にプレゼント  
期間：4月1日～4月14日



あなたの周りのお友達や、身内の方に(港区在住・60歳以上)  
こんな方はいませんか？

- △ 家にいてばかりで、外出をおっくうがり、体力が落ちるのが心配
- △ おしゃべり仲間が少なくなっている
- △ 食が細くなっている
- △ 認知症も心配、、、 などなど・・・

- ・ お友達にもあなたの元気のおすそわけをしませんか、.....
- ・ お父さん、お母さんが外に出かける楽しみが増えると嬉しいですね、...
- ・ おじいさん、おばあさん、確か音楽仲間を捜していたかも、.....
- ・ おじいさん、おばあさん、第二の居場所を見つけないか、.....

♥ こんな方にぜひ見学して欲しい教室があります。

期間限定の教室見学会開催します。覗くとビックリ！！

<4月1日(日)～4月14日(土)>

★ 白金台いきいきプラザ・白金いきいきプラザ・豊岡いきいきプラザ・高輪いきいきプラザ各館で開催

# お友達をご紹介くださ〜い！ キャンペーン

🌸 紹介者と登録者にプレゼント！ 🌸

教室見学会のご案内【白金台いきいきプラザ】

期間 <4月1日(日)~4月14日(土)>

港区在住の60歳以上の方で一人で来館できる方なら大歓迎です

白金いきいきプラザで開催されている教室 紹介

月	・編み物サロン 10時~ ・お気軽絵画サロン 10時~ ・麻雀サロン 13時~17時	・体力アップ 10時~ ・筋力アップマシン 10時~ ・自主マシン 10時~ ・はじめてのマシン 13時15分~
火	・ペン習字書道教室 10時~ (第2・4火曜) ・民謡教室 13時~ ・卓球教室 13時~ ・白金台ヨガ 15時~16時	・はじめてのマシン 9時15分~ ・健康トレーニング 10時~ ・セルフマシーン 11時~ ・筋力アップ 13時15分~
水	・いきいきコア 10時~ (第2・4水曜) ・麻雀サロン 13時~17時	・健康トレーニング 10時~ ・もっと健康トレーニング①13時15分~②15時~ ・フリーマシン 13時30分~
木	・バトミントン 13時~ ・カラオケ教室 13時30分 ・白金台ヨガ 10時30分~	・健康トレーニング ①9時15分~ ②11時~ ・はじめてのマシン 13時30分~ ・男性のための料理 9時30分~
金	・ダンス de エクササイズ 10時~ ・健康トリム体操 13時30分~ ・サロン de ヨーガ 15時~(第2・4金曜) ・麻雀サロン 13時~17時	・健康トレーニング 10時~ ・筋力アップマシン 13時15分~ ・セルフマシン 11時~ ・はじめてのマシン 9時15分~
土	・フラダンス教室 ①10時~ ②11時~ ・麻雀サロン 13時~17時	・セルフマシーン 10時~ ・フリーマシーン 13時30分~
日	・麻雀サロン 12時30分~16時30分	

“見学ご希望の方はお気軽にお電話ください”

☆白金台いきいきプラザ 03-3440-4627