

☆墨俣老人福祉センター利用団体紹介シリーズ☆
いつもセンターをご利用いただきありがとうございます！
ご利用いただきしている団体の皆さまをご紹介します！！



ぴんぴん体操

さんのご紹介です♪



会が発足して何年ほどですか？

30年以上です

会員は何名ですか？

7名です

いつ活動されていますか？

毎月第2・4火曜日の午前です

どんな活動をされていますか？

ストレッチを中心に DVD を見ながら、
健康体操を行っています

会の特徴は何ですか？

体力向上・筋力アップ・フレイル予
防に加えぴんぴんころりを目標に
頑張っています

現在、会員さんは募集されていますか？

募集中です！

お誘いメッセージをひとつこと！！

自分のできる範囲内で体力に合わ
せ活動しています
私たちと一緒に活動しませんか？

詳しくはセンターまで！！

