

☆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!!



墨俣椅子サークル

さんのご紹介です♪



会が発足して何年ほどですか?

10年以上経っています

会員は何名ですか?

10名です

いつ活動されていますか?

毎月第2・4水曜日の午後からです

どんな活動をされていますか?

健康に関する講話を聴き、介護予防になる椅子を使った体操を行っています

会の特徴は何ですか?

主に椅子に座って行う体操と、道具を使用して筋トレやストレッチを行うこともあります。

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!!

足腰に不安のある方でも行える体操です!

運動を始めてみたい方には体験(要相談)からでのスタートも可能です!お待ちしております!!

詳しくはセンターまで!!

