

# 健康体操教室

いすに座って筋トレや脳トレ、ストレッチやリズム体操など  
様々な種類の体操を行います。

継続的な運動で、心も身体もリフレッシュしませんか。

【日時】 4月8日～7月29日 毎週火曜日（全15回）  
10時30分～11時30分

【場所】 障害者福祉センター仮施設 2階 会議室  
（潮見 2-8-7）

【対象】 区内在住の障害者、難病の方 定員 20 名  
（申込多数の場合は抽選）

【費用】 地域活動支援センター事業利用者負担金 1 回 240 円  
（住民税非課税の方などは免除）

【申込】 郵送：往復はがきに①教室名②氏名③住所④電話(FAX)番号  
⑤障害名(病名)⑥障害の等級を記入し郵送してください。  
窓口：宛名を記入した郵便はがき 1 枚を持参してください。

**3月1日(土)～3月15日(土) 必着**

※上記の方法での申込が難しい場合はご相談ください。

江東区障害者福祉センター仮施設

〒135-0052 潮見2-8-7

TEL 03-3699-0316 FAX 03-3647-4918

受付時間：9 時～17 時

休館日：毎月第 2.4 日曜日・祝日

