

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】 9月16日～令和8年1月6日 毎週火曜日（全15回）
10時30分～11時30分 ※9月23日・12月30日除く

【場所】 障害者福祉センター仮設施設 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】 下記の方法でお申込みください

窓口・電話・FAX・往復はがき

【記入項目】

①催しもの名 ②氏名 ③住所 ④電話(FAX)番号 ⑤障害名(病名)・等級

※FAXでお申し込みの場合はセンターより受信確認の連絡をいたしますのでご確認ください

締め切り8月17日(日) 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。

※定員に達しない場合は、申込を延長する場合があります。

江東区障害者福祉センター仮設施設

〒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

