

6-2

清水筋力つけ隊。燕

毎年元気に燕にあいさつができるよう体操を続けていきます。

2024年、燕の季節に開始した体操グループです。来年も、またその次の年も燕に「元気で続けてるよ」と報告できるよう、毎週こつこつ活動していきたいと思います。

毎週火曜日 14:00~15:00

清水公民館

特徴

①笑顔で

②仲良く

③体力つけます



参加対象者

誰でも可

参加費

無料

主な活動

筋力つけタイ！操
認知症対策体操
大人のラジオ体操