

いきいきシニア・小国

「縁側サロン」2026 年

# 1 月行事予定

7 日(水)川柳を詠もう(お題:午年)

14 日(水)ボールで筋トレ

21 日(水)オンラインコンサート 2026 年冬

きいて うたって 参加して!

28 日(水)冬生まれお誕生会・正月あそびを

楽しもう

毎回、百歳体操をやっています!!



時 間: 13 時 30 分~15 時

会 場: 小国自治センター大研修室

毎回、百歳体操をやってます!

~一緒に楽しい時間をすごしませんか?

お問い合わせ先 37-1005(小国自治センター)

新規会員募集中