

「10日はサロンの日」



ことしも



頑張ろう！

運推といっしょに！

開催 日時：令和8年1月10日(土)

9時30分～11時30分

会場：ナビプラザ5階(近鉄大和八木駅南)



クイズ・脳トレ



歌体操・貯筋体操・肩甲骨体操



お問合せ

0744-23-3360 平井



申し込み不要自由参加（先着 30 名様）

参加費無料

動きやすい服装 タオル・飲み物

主催

橿原市ボランティア連絡協議会

担当

橿原市運動普及推進員協議会