

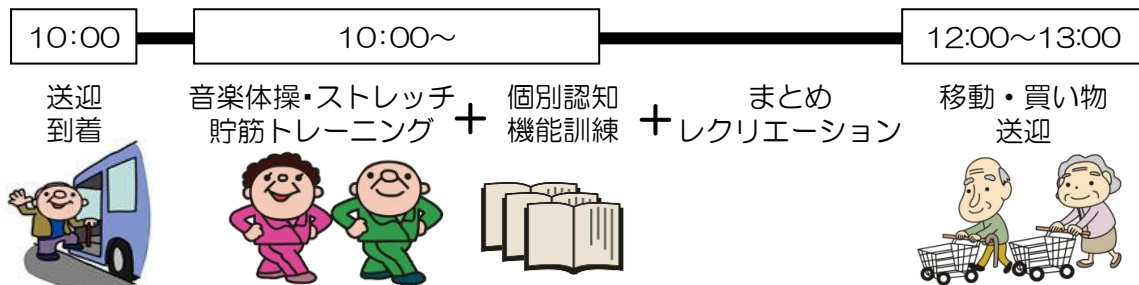
# 元気クラブ



継続は力なり！  
元気クラブで  
続けよう！

元気クラブは、「元気が出る学校」を卒業した方で足腰に不安がある方などが運動や認知症予防に楽しく取り組める教室です。（要申込み：各会場定員20～25名）

## ◆一日の流れ◆



## 会場・時間

地区	会場	開催日	時間
山川	げんきかん	毎週月曜日	10 時 ～ 12 時
瀬高	総合市民センター	毎週火曜日	
	くすのき館	毎週水曜日	
	舞 하우스	毎週木曜日	
高田	あたご苑	毎週金曜日	

※通所困難な方は、無料送迎が利用できます。

[動きやすい服装・靴・マスク着用でご参加ください]

## 費用・参加期限

**費用**：1回あたり参加費100円

**参加期限**：心身の状態により評価

## 対象者

「元気が出る学校」を卒業された方

## 持参するもの

- ・タオル
- ・水分補給の飲み物
- ・筆記具
- ・参加費
- ・メガネ（必要な方は）

カラダ  
元気



3つの元気を貯めよう！

アタマ  
元気



ココロ  
元気