

社会福祉協議会

5月 主催行事のご案内

歩こう会

5月14日(火) 東啓園方面
28日(火) 有島記念館方面
町民センター正面玄関
9:00 出発

町民センターを出発し、3km~5kmのコースをゆっくり時間を掛けて歩きます。

☆タオル・水分を持参し、動きやすい服装で、
9:00までに町民センター正面玄関に集合して下さい。

☆雨天中止となります。

ふまねっと 教室

5月10日(金) 町民センター研修室1
24日(金) //
10:00~11:30

ふまねっと運動は、あみを踏まないように注意してゆっくり歩く運動です。

注意、集中、記憶や歩行バランスを改善して転倒を予防する効果があります。

☆タオル・水分をご持参ください☆

【問合せ】社会福祉法人

ニセコ町社会福祉協議会

担当 滝下 ☎0136-44-2234