

仲間をつくろう！健康寿命を延ばそう！

65歳以上の方の楽しい交流の場

第2回

チャリティー懇々

『チャリティー懇々』は、原則として65歳以上の方であればどなたでも参加頂けます。
様々な体験を通して新しい仲間と楽しく交流し、毎日をいきいきと健康にすごしましょう！

当日の内容

- ・ 10:45 受付
- ・ 11:00 自己紹介・オリエンテーション
- ・ 11:20 **YMCA オリジナル体操「こっこつゆうゆう」**
みんなで一緒に身体を動かしましょう！
- ・ 12:10 昼食交流会（お弁当をご用意致します）
- ・ 13:00 **歌声広場**
懐かしい歌謡曲などを楽しく歌いましょう♪
- ・ 14:00 終了



2019年2月13日(水) 11時～14時

参加費：1,000円（昼食費込み） 会場：和歌山YMCA（JR和歌山駅東口より徒歩2分）

お申込み

お問合せ

073-473-3338

2月8日までにお電話でお申込み下さい。

認定NPO法人 和歌山YMCA

〒640-8323 和歌山市太田1-12-13 Tel 073-473-3338 Fax 073-473-2666

