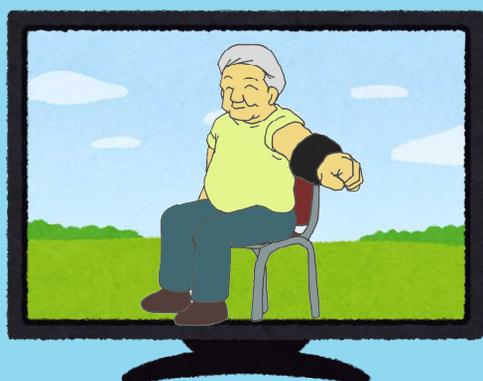


# めざせ元気！！

## お家でこけない体操

こけない体操が地域にない、会場が遠い・・・  
そんなときは、ご近所で集まって体操しませんか？  
体操に必要な物品を貸し出します！



対象

こけないからだ講座に参加することが難しい高齢者を含む 3人以上のグループ

実施場所

参加者の自宅や集会所など、ご近所で集まれる場所ならどこでも

貸出物品

「こけないからだ体操」のCDまたはDVDとおもり（おもりは希望者のみ。数に限りがあります）

貸出期間

令和5年3月31日まで