

65歳からの昭和かよう舞

✿ JA あいち尾東のウェルビーイング活動 ✿

管内にお住いの方ならどなたでもご参加いただけます♪

今回は...懐かしい昭和の名曲に合わせて、歌いながらカラダを動かしてみませんか？

足・腰に不安がある方はイスに座って一緒に手を動かすだけでも大丈夫！

音楽に合わせてカラダを動かすのが苦手な方も大丈夫◎

体操感覚で、みんなで一緒に

歌って！動いて！笑って！気軽に楽しみましょう！

日 時 11月26日（水） 10：30～12：00頃

場 所 東郷支店 2階会議室

持ち物 汗拭きタオル、水分補給ができるもの
動きやすい服装、靴でお越しください。

費 用 500円 ※当日現金徴収

対象者 65歳以上の方

定 員 20名（先着順）

講 師 山下 ひろみ先生

申込方法 JA あいち尾東HPの申込フォームからお申込みください

申込期間 10月14日（火）～11月14日（金）

※申込人数が4名以下の場合は中止とさせていただきます。ご了承ください。



申し込みフォームはこちらから



お問合せ先 JAあいち尾東 生活相談課
TEL 0561-75-0710（平日9時～17時）