

光ヶ丘サロン「よってって」

どなたでもご参加ください

毎月第1水曜日 11:30~13:30 よってって食堂

季節の野菜や山菜などをつかってカラダにやさしい食事を提供します

参加費 300円 ※要申し込み 11:30~12:30 15名、12:30~13:30 15名

コロナ禍以前も
ご近所の皆様
のご協力で実施
していました



毎月第3水曜日 10:00~12:00

♠ 座ってできる簡単ヨーガ

♠ フレイル予防のための講習・相談・お楽しみ企画

参加費 200円 ※要申し込み 25名



座ってできる
簡単ヨーガは
カラダすっきり
大好評!

問い合わせ ☎ 090-2638-4587



認定 NPO 法人
コミュニティケア街ねっと
柏センター(竹中)
〒277-0061 柏市東中新宿 4-5-12
生活クラブ風の村光ヶ丘内

