

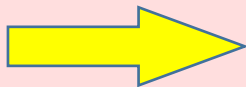
ゆったり～なフェスタ 「LiNK」

{ 人やものや出来事を
結びつける }

6/1
(土)

多目的ホール

ここでは



シルバースターズ

オカリナ
トランペット
社交ダンス

13:00～

レイ・ロケラニ

フラダンス
ショー

14:00～

入替エクササイズ

15:10～ 練功十八法

15:15～イスDe体操

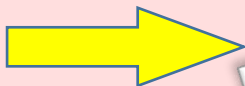
15:40～ラジオ体操



いっしょにエクササイズ
やりましょう

フレイルーム

ここでは



「ダンボールであそぼう」



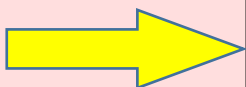
NPO法人
栃木おやこ劇場



申込みなし！
直接こちらへ！体験できます

会議室

会議室が



からだケアスペースへ変身



ストレッチなど からだほぐしができる
空間となります。

①10:30～



②12:30～

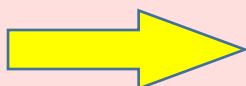
③15:00～

左記各時間帯は
サポーターが
アドバイスします



ゆったり～な棟

館内では



館内ゲームチャレンジ

コインをGETしよう



ガチャポン 景品



わたがしづくり
やってみない？



ゆったり～な

栃木市北部健康福祉センター



二次元コード ゆったり～なホームページ

電話

0282-25-7444

ウラ
タイムテーブル
あり

第1回

ゆったり～なフェスタ 「LINK」6/1(土)

参加費無料



← 二次元コード



多目的ホール

フレイルーム

会議室

ゆったり～な棟

10:00

西方公民館事業

貸切にて
使用します

11:00

12:00

休憩処

飲食可

13:00

シルバースターズ

オカリナ・トランペット
社交ダンス

14:00

レイ・ロケラニ

フラダンス

15:00

入替エクササイズ

15:10～ 練功十八法

15:15～ イスDe体操

15:40～ ラジオ体操

16:00

17:00

ダンボールで
あそぼう

広い
お部屋で
おもいっきり
工作

あそび
しませんか

NPO法人
栃木おやこ劇場

プレイルーム



からだケア
スペース



ストレッチなど
からだほぐしを
行えるスペース

下記時間は
サポーターが
アドバイスします

①10:30～

②12:30～

③15:00～



ゲームチャレンジ
↓
コインゲット
↓
ガチャ景品GET



プレイルーム終了

ゆったり～な ☎25-7444