

地域交流センターで

きてGo やってGo



チョイキタ体操



「たどつ音頭」をもとに作成したチョイキタ体操・ストレッチ・口腔体操で、笑顔で元気に楽しく、いつまでもおいしく食べられる健康づくりを一緒にやっていきましょう。

令和7年度 チョイキタ体操予定表(4.8月休み)

	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
木	8	12	10	11	9	13	11	8	12	12
	22	19	24	18	30	27	25	22	26	

地域交流センター 1階ルーム1

●時間:10時~11時 参加費無料

多度津町民なら誰でも参加できます。会場でお待ちしています 😊

★問い合わせ先:多度津町地域包括支援センター 電話 33-1138



チョイキタ体操をご近所さんたちと
通える場所で「やってみたい」大募集!