

ふれあい館「もくせい」多世代交流カフェ

主な活動内容

月: 気功シンフルレッスン

火: リズムダンス

水: 健康体操・脳トレ

木: 肩・足もみ健康講座

金: ペルビックストレッチ(骨盤体操)

※ 月～木 11:00～11:45、

金 10:20～11:00

参加される方は飲物とタオルと運動靴をご持参下さい。

ランチタイム(午後 12:30～13:30)には学校給食(20食限定・1食 250円)を提供。なお、65歳以上の人は優先予約(前日、午後2時まで受付、各日10食まで受付可)があります。



活動日

月～金曜日

(ただし、祝日及び学校行事のある日は除く)

活動場所

志木第四小学校内

ふれあい館「もくせい」

メッセージ

子どもから子育て世代、高齢者等さまざまな世代が集い、ふれあい、交流する場です。どなたでも参加できますので、ぜひ、お気軽にお越しいただき、楽しいひと時をお過ごしください。

連絡先

ふれあい館「もくせい」

〒353-0006 志木市館1-4-1(志木第四小学校内)

TEL 048-473-8621

HP: <http://www.city.shiki.lg.jp/index.cfm/38,55684,259.html>