

中東地区まちづくり協議会

健康・福祉部会

# 《お知らせ》



## ① 歌声喫茶

- ・ 日時：令和5年7月3日(月)  
14時～15時
- ・ 場所：下関市生涯学習プラザ  
2F 風のホール (小ホール)



## ② レクリエーションスポーツ

- ・ 日時：令和5年10月1日(日)  
9時30分～
- ・ 場所：モルック(文関小学校運動場)  
[雨天の場合]  
トリコロキューブ(文関小学校体育館)



## ③ フレイル予防

- ・ 日時：令和6年2月5日(月)14時～
- ・ 場所：下関市勤労福祉会館  
4F ホール
- ・ 講師：尾中美穂 先生  
(レクリエーションインストラクター)  
(介護予防運動指導員)

