

# たばこ通信

2021.4.8

たばやまむらコミュニティサロン

## コミュニティサロン 4月の活動予定

### ★毎週水曜日 14 時からヨガ・ストレッチ・ダンス教室

4月14日、21日、28日の各水曜日は14時からコミュニティサロンでヨガ・ストレッチ・ダンス教室を開催します。昼間に1回だけの開催で**場所は全てコミュニティサロンです**。お間違いのないように。定員は6名さま限定です。講師は望月美菜子先生、申し込みはコミュニティサロンへお願いします。マスク着用でご参加ください。



マスク着用で  
ご参加ください



### ★毎週木曜日はコミュニティサロンで談話会

4月8日、15日、22日の木曜日は社会福祉協議会の元ケアマネージャーの酒井智子さんがサロンにいます。いろいろと会話をすることは心身のリフレッシュに繋がります。多くの方にご利用頂いています。お越しの際はマスク着用をお願いします。

コミュニティサロンでは平成2年度からウエルネス・ラボ化事業を行っています。ウエルネスとは心身の健康、ラボとは実験という意味です。丹波山村コミュニティサロンを有効活用し、心身の健康や自然環境を考えた豊かな暮らし方を皆さんとともに実現させる活動がウエルネス・ラボ化事業です。

コミュニティサロン利用時は、必ずマスク着用をお願いします

たばやまむらコミュニティサロン TEL 0428-88-0010

(一社) 田舎のチカラ 石川庸三 090-3210-3432



一般社団法人 田舎のチカラ