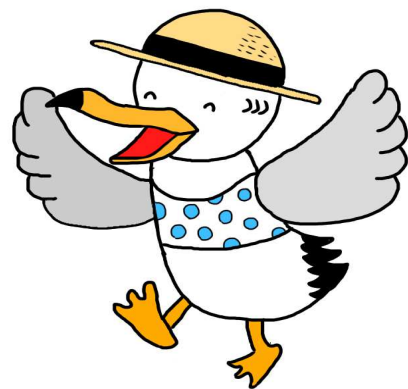


# 春日部えんJOYトレーニング 参加者募集！！

「春日部えんJOYトレーニング」は、調整可能な重りを使った運動で誰でも簡単にはじめられる運動です。週に1回集まって行う住民主体の介護予防体操です。どなたでも参加できます。



春日部市非公認  
介護予防キャラクター  
えんぽう（春日部えんJOYトレーニング）

日時・会場 毎週月曜日 午前10時から午前11時頃  
八木崎区画整理記念館

対象 春日部市内住民

定員 6名

費用 無料

申込み 春日部市第1地域包括支援センター 048-754-3775

持ち物 飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装でお越しください。  
当日ご自宅等で検温・血圧測定を行ってから来所してください。

※新型コロナウイルスの感染状況により、開催できない場合があります。

※運動している様子です。

