

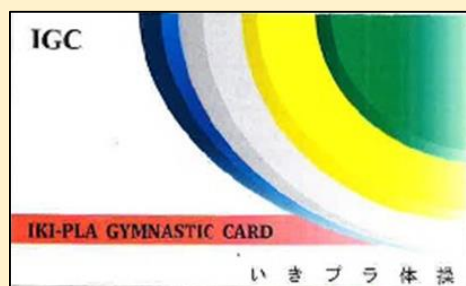
白金台いきいきプラザ いきプラ体操

ご都合に合わせて
参加できます！
お気軽にどうぞ！

簡単なストレッチ・脳トレ体操等々…
楽しく体を動かして1日をスタートしましょう！
港区の『みんなといきいき体操』も
週2～3回、実施しています♪



- 日時：毎朝 9：15～9：45（休館日を除く）
- 場所：白金台いきいきプラザ
1階 敬老室
- 対象：60歳以上の港区民
- 申込：不要、直接会場にお越しください



「いきプラ体操」ではポイントカード
を実施しています。
1回の参加ごとに1ポイント。
30ポイントで
高輪いきいきプラザの
コミュニティカフェForYouで使える
サービス券をプレゼント！



☆いきいきプラザの個人登録が必要です。登録には本人確認書類と緊急
連絡先のメモをお持ちください。

☆健康づくり、お友達づくりにお気軽にお越しください♪



港区立白金台いきいきプラザ
(指定管理者)
社会福祉法人 奉優会
〒108-0071港区白金台4-8-5
TEL : 03-3440-4627