

オンラインで
つながる！

オンラインで
楽しもう！

ぼらネバ

ZOOM を使ってつながろう
誰でも(施設からでも・個人でも)参加できる

オンラインでのレクリエーションです
11月7日(木)

14:00~14:30(入室は13:50頃から)

【11月のプログラム】

植中 優子
自力整体



「イスに座って、からだをほぐしましょう！」

【ZOOM ID】

ID 978 2554 7352 PW 562410

お問い合わせ

西宮市社協ボランティアセンター

TEL:0798-23-1142

MAIL:volavola@n-shakyo.jp