

始めませんか

# ウエルネスダーツ

～ウエルネスダーツとは？～

性別や年齢に関係なく、様々な世代で楽しみやすく安全に運動ができるように開発されたダーツで、認知症予防や介護予防・健康増進にもつながる画期的なスポーツゲームです。

《とき》4月6日（金）午後1時00分～午後2時30分

《場所》城東区老人福祉センター 講習室

《講師》上田 豊（日本ウエルネスダーツ協会）

《費用》無料 《定員》20名程度（先着）

《対象》利用証をお持ちの方

《受付》3月20日（火）午前10時より

ご本人様が来館にて受付

