

# なでしこ便り

～ゆったり、のんびり、ほがらかに～



4月になりました。今月より介護予防運動トレーナーの方に来て頂き介護予防運動を実施して頂く予定です。楽しみながら筋力維持をして頂けたらと思っております。

※記載のお写真はご希望ありましたらプリントさせていただきます。

《行事予定》

4月1日・・・誕生日会 4月6日・20日・・・介護予防運動

4月17日・・・エレクトーン演奏会