

# 100歳体操くらぶ

第1・3・4水曜日10時半 参加費 500円（コーヒー付き）

上を向いて歩こう／愛  
燦々／荒城の月／夏  
が来れば／涙そうそう  
…と、声を合わせて筋  
力アップ体操。終れば  
お喋りと情報交換、賑  
やかな時間です。

