

# かめやま百歳通信

第2号

亀山南学区  
虹山3区いきいき100歳体操



亀山学区  
綾西なかよし会







**拠点名：虹山3区 場所：虹山集会所 日時：毎週木曜日 10：00～11：00**

ーアピールポイントを教えてください。

常時20名以上の参加者で体操をしています。男性も大勢参加しています！

ーかめやま百歳通信を見て下さる方へひと言！

体操後に全員でカラオケを1曲歌っています。一緒に歌いませんか？



**拠点名：綾西なかよし会 場所：綾西集会所 日時：毎金月曜日 10：00～11：30**

ーアピールポイントを教えてください。

第1・3金曜日は、外部講師を招いて運動をしています！

ーかめやま百歳通信を見て下さる方へひと言！

休憩時間中も楽しくお話をしています。一緒に体操をしませんか！

問い合わせ先

**広島市亀山地域包括支援センター**  
〒731-0231 広島県広島市安佐北区亀山4丁目2-36  
**TEL 082-819-0771**

