

♪いくつになっても元気でいることの楽しさを伝えたい

特定非営利活動法人ケアサポーター・もやい

おかげさまで10周年

最近、笑っていないなくと思う方、
参加してみませんか？

動く

癒す

歌う

元気になる

笑う

創る

明日へつなぐ

どなたでも参加できる自由な空間です

入場無料

車いすの方も楽しめます

🎵 日時 平成28年10月23日(日) 午後1時30分～4時

🎵 場所 東京芸術センター 21階 天空劇場

イベント1 笑って健康！「笑いヨガ」で心も体も全身でスッキリ

イベント2 響け！うたごえ。届け！うたごえ。「昭和歌謡」

イベント3 千住西・お元気さんと一緒に音楽体操🎵

笑いヨガティチャー川上 説子氏
クリスタルボウル演奏家・
笑いヨガクラブや区施設や
デイサービスで活動中！



千住西・お元気さん
縁側カフェや介護予防教室で
地域ボランティアとして活躍中

介護予防
チャレンジ

いこいの広場 昔懐かしの遊び&折り紙

介護予防・福祉用具展示&試乗

電動カート等

21階天空劇場



特定非営利活動法人ケアサポーター・もやい

訪問介護・居宅介護支援・福祉用具

千住 西新井 綾瀬

地域包括支援センター千住西 電話：03-5244-0248

