

プロジェクト体験会

みなさん お待ちしています！

スマイル食Love

食べて しゃべって
なつかしさを
味わいましょう♡



おなかも こころも
ポッカポカ！！

にこっち体操

楽しく 元気に
最後は ワッハッハ♪



にこっち体操

心も体も健康に♡

花❀はな宅急便

“にっこり” 笑う
“えがお” の花



花談義しながら
すてきな花を
作ってみませんか？

劇団 花咲か でんでん(むし)

楽しい笑いは
副作用のない特效薬！

さあ、おめさん方も
一緒に！



貯まったかね～
健康貯金

男性がもっと輝く会

あなたのパワーを大発見！



私ってワイルドだろお～

つばめGO！GO！ バスツアー



100円バス で

あなたの
行ってみたいところは？

ときめいて
バスであな
たも若返り

にこっちウォーキング

ただ歩くだけでは
ごさいません！
お得な歩き方のコツ
教えますよ



歩いて健康
あたりまえ！

健笑にこにこ運動TA サザエさん体操で リフレッシュ！！



永遠の25歳！
ずっと若い頭
とからだ！
手にいれましょ！

今日もいい元気～♪

ぽかぽかパークde こんにちは

ぽかパー版

フレンドパークで
遊ぼう★

ダーツに挑戦！

今の公園★昔の公園
魅力再発見♪



さきがけにこっち かわら版

あなたにとって
「元気磨きたい」とは？

磨きたい
物語

笑顔のしー

つながります★

トキメキプロジェクト ～着物ありがとう～

思い出の昭和
ファッションショー



浴衣を着てみたい！
帯を1人で結びたい！
そんな人集まれ～！！

しまびと元気応援団(佐渡)

佐渡市で活躍している
しまびと元気応援団！



元気のおすそわけに
きました！

ママもみがきたい

肩とこころの
マッサージ



子どもも
よろこぶ

あったかい気持ちを
あの人に…
メッセージカードを
作ってみよう♪