

きぬた地区社会福祉協議会

元気なうちに考えておきたい「老い支度」講座

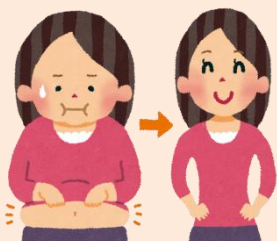
お正月食べ過ぎたアタも大丈夫！



人生100年！楽しく元気に生きよう

楽しくかんだ〜ん 脳トシ

かんだ〜ん 体操



楽しく体操して健康になろう！

講師：NPO法人 健康フォーラムけやき21
元気体操リーダー

日時：2020年1月22日（水）
午後2時～4時（予定）

会場：砧まちづくりセンター 活動フロア

対象者：おもに砧地区にお住まいの方

参加費：無料

定員：先着30名程度

※下記連絡先まで、電話またはFAXでお申し込みください

主催：きぬた地区社会福祉協議会

申込先：社会福祉協議会（砧地区事務局）

電話 080-9418-7736

FAX 03-5727-6103

1月6日（月）
申し込み開始

