

平成30年度 健康推進委員会主催

健康体操のお知らせ

～これからの健康づくり、体力づくり～

無理のない体操で、気軽に楽しく健康をめざしましょう！

開催日	6月30日(土)	7月28日(土)
	8月25日(土)	9月29日(土)
	10月27日(土)	11月24日(土)
	12月1日(土)	1月26日(土)
	2月9日(土)	3月23日(土)

時 間 **午後1時～2時30分**

場 所 北部公民館 1階 大集会室

講 師 健康運動指導士 酒井麻千子先生

いつも明るく元気いっぱい先生です！

※ 運動しやすい服装・靴で、汗拭きタオルをお持ちください。

先着30名、**当日参加できます！**



お問い合わせ、お申し込み（留守電可）

北部地区社会福祉協議会 電話・FAX 442-5142

火曜日～土曜日 9:00～16:00（月曜・日曜・祝日は休業）