ちょこっと健康体操

座ってもできる簡単な体操を行います。
参加希望の方は直接会場まで!!
お気軽にご参加ください

開催日　11月　8・22日(日)
12月 13・27日(日)
1月 10・24日(日)
2月 14・28日(日)
3月 14・28日(日)

場　所:　教養娯楽室
時　間:　11:45～12:15



≪問合せ≫
老人福祉センターゆりのき荘
開館時間　9：30～16：00
☎　048-992-6601