

いつまでも



活動的でいられる為に

健康講座

楽しく笑いながら 運動



してみませんか？



講師：秋山 茂夫 氏 健康運動指導士

日時：11月16日(土) 午前10時～正午

場所：片瀬中学校 1階 格技室

フェイスタオル
(手ぬぐいサイズ)
持参

対象：成人 30人 (片瀬山地区優先)

申込：10月31日(木) 電話または来館で(先着順)

協力：片瀬山自治会協議会・わかやぎ会

