

みんな集まれ!

介護いらずの

からだづくり

(全1回)

〈日時〉平成30年11月9日(金)

午後1時30分～3時30分

〈場所〉大里生涯学習センター 2階ホール

〈対象〉65歳以上の方30名

〈会費〉無料

〈講師〉小林 尚子氏

(NPO)法人笑顔と健康づくり Shizuoka 代表

理事・健康運動指導士)

〈申込〉10月24日(水)午前10時～

お電話で大里生涯学習センターへどうぞ。

(0283-1698) (申込順)



しごくかんでん体操や
ちやきちやき体操、口の運動で
元気なからだをつくりましょう♪

大里生涯学習センター

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体

〒422-8051 静岡市駿河区中野新田 57-5
(TEL: 054-283-1698 / FAX: 054-283-1889)

