

# 健康体操のお知らせ

海岸地区社会福祉協議会  
会長 鈴鹿 隆司

海岸地区社協では、令和元年度の健康体操を下記の日程で開催致します。  
この体操は、幅広い年齢層を対象とし、気功を取り入れた体操です。  
体に大きな負担をかけることなく安心して楽しめます。  
男性の方も奮ってご参加下さい。

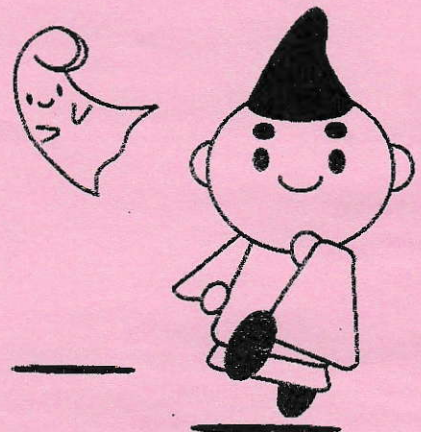
開催日： R元年 6月19日、 7月17日、 9月18日、  
10月16日、 11月20日、 12月18日、  
R2年 2月19日、 3月19日  
(毎回第3水曜日を予定しています)

時間： 午前10時～12時まで

場所： 茅ヶ崎公園体験学習センター「うみかぜテラス」  
多目的室A (地下)

持ち物： 運動のできる靴、 飲み物

講師 伊藤真琴 先生



皆様お誘い合わせてご参加ください！

お問合せ先 大野 TEL(83-9381)  
安部 TEL(85-2872)