

# 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2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。

(令和2年度より年間10回の開催になります)

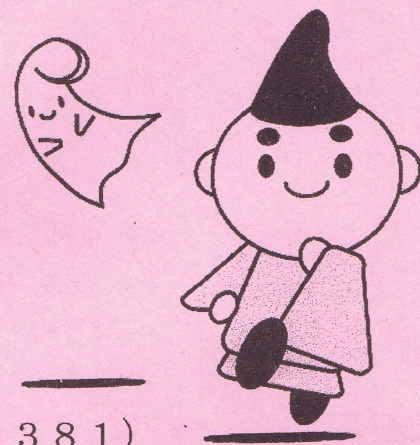
開催日： R2年 4月15日、5月20日、6月17日、7月15日  
9月16日、10月21日、11月18日、12月21日、  
R3年 2月17日、3月17日  
(毎回第3水曜日を予定しています)

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： 運動のできる上履き、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)