

# 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3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。  
(年間10回の開催になります)

開催日： R3年 4月21日、5月19日、6月16日、7月21日  
9月15日、10月20日、11月17日、12月15日、  
R4年 2月16日、3月16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

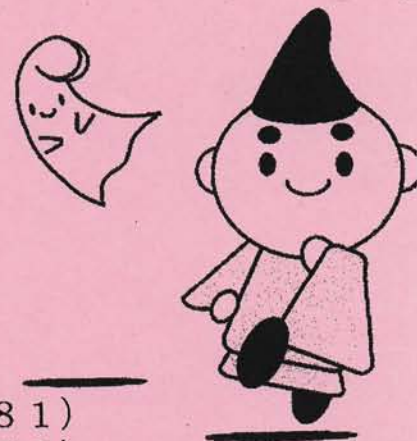
場所： 茅ヶ崎公園体験学習センター「うみかぜテラス」  
多目的室A (地下)

持ち物： 運動のできる上履き、飲み物、マスク  
(家を出る前に熱を計ってきて下さい)

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)



コロナ感染症の影響で中止になる場合があります