

認知症予防講座 全身を使って健康トレーニング

ムリなく
楽しくできる
健康体操をみんなで
一緒に行います



日にち ▶ 10月 22日(水)

時 間 ▶ 10:00~11:30

場 所 ▶ 市之倉公民館 大ホール

講 師 ▶ 小池 久司

受講料 ▶ 無料

申込み ▶ 市之倉公民館 ☎22-3776 電話または窓口にて