

65歳～74歳の教室

年齢を重ねても自立し、自分らしい生活ができるよう
知っておきたい体のお手入れを学びます。

【日 時】 ※金曜日 10:00～11:30

【場 所】 ふれあい健康館 軽スポーツ室

1	1月5日
2	1月12日
3	1月19日
4	1月26日
5	2月2日
6	2月9日
7	2月16日
8	3月2日