楽しく学んで、元気な体を目指しませんか？



シルバーのための健康教室

フレイル予防についてのお話しとめっちゃ楽しい運動

日程 2026.11.27 土

時間 13：30～14：30

場所 なごみの郷　ふれあいホール

- 動きやすい服装でお越しください
- 簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

お申込み

なごみの郷　事務所　077-568-4753

- 当日のお申込みも受け付けております。