

予防運動

楽しく！ 爽快に！ 健康になろう！

体調改善、疲労改善運動

日時： 10月17日(月)、24日(月)、31日(月)

10:30~11:30

11:45~12:45

参加費： 200円

持ち物： バスタオル、浴用タオル

講師： 楽爽健の新津満起子さん

*ストレッチポールを使用しますが、こちらで用意いたします。

*11月からは毎週火曜日の同じ時間になります。

囲碁・将棋

毎週月曜日の午後

お仲間を誘ってお出かけください

参加費 200円

初心者向け健康マージャン

毎週月曜日の 10:30~12:30

11月14日が初回です。参加費：200円

お申込み・お問い合わせ

みんなの居場所



TEL 080-9455-5286

042-621-4781 (市民ユニットりぼん)