

頭と体を

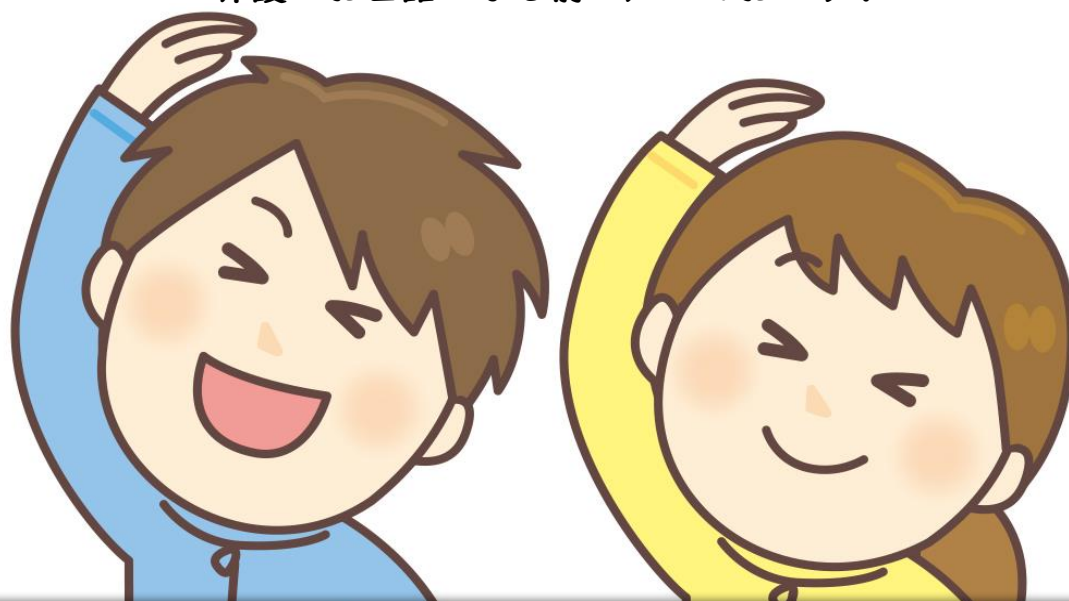
2回連続講座

楽しく動かす教室

皆さん 日常生活の中で老いを感じませんか？

健康でいたいあなたにおすすめ。

介護のお世話になる前に知っておこう！



日時 1回目 6月30日(火) ①10:30~ ②13:30~

2回目 7月 7日(火) ①10:30~ ②13:30~

※どちらかの時間をお選びください

場所 花川北コミュニティセンター 2F会議室

講師 野間 ねねさん(理学療法士)

参加費 各回 500円

申込み 各回 先着10名 電話にて

申込・問合せ 石狩市市民活動情報センター ぽぽらーと

電話 77-7070 (火~土・10時~18時)

主催
・
問合せ

石狩市市民活動情報センター ぽぽらーと
(指定管理者 NPO法人ひとまちつなぎ石狩)
TEL 0133-77-7070 FAX 0133-77-7071
HP <http://popolart.net>