

階段揭示

と一緒に楽しく体操しませんか？

第8回

いきいきシニアセカンドライフ講座

～いつまでも身体をうまく動かそう～

レッツ！ 介護予防

参加費無料

講師：田邊 眞喜子 氏

日時：11月23日(火)13:30～15:00

場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ

多目的ホール(定員 20名)

マスク着用にて 上履き・フェイスタオル、
ご自分用の水分をお持ちください

お申込み・お問合せはこちら

横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ

磯子区森4-1-17

TEL045-750-5411

★10月23日申し込み開始★