

頭の体操

筋力運動



♪ フレイル予防リーダーが行う
楽しい
ひの筋力体操
3/30(月) 13:30~15:00

ご希望の方は電話でお申し込みください！



次回の予定

4/27(月) 13:30~15:00

会場 中央福祉センター（2F）集会室

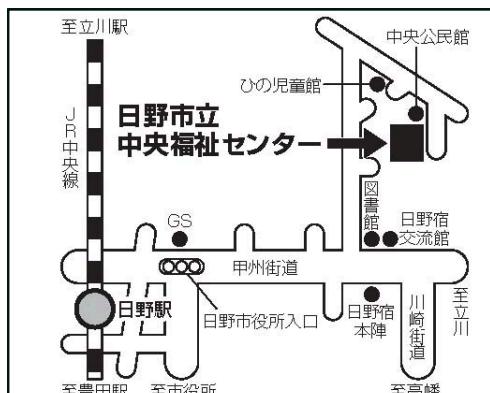
持ち物 水分・動きやすい服装

定員 50人程度

（※定員に達した場合はお断りする場合があります）

申込先 日野市社会福祉協議会 地域支援係

電話：042-584-1294



日野市日野本町7-5-23