

フレイル予防リーダーが行う

楽しいひの筋体操



筋力運動・頭の体操を通じて、元気な体を目指しませんか？

日時：3月9日(月) 13:30~15:00

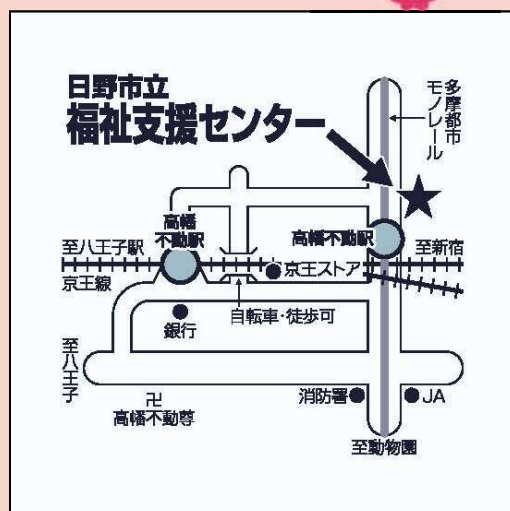
会場：福祉支援センターたかはた
(日野市高幡1011番地)

持ち物：水分・タオル
動きやすい服装

定員：20名程度

※定員に達した場合はお断りする場合がございます

【次回の予定】4月13日(月)13:30~



▼参加ご希望の方は、お電話でお申込みください▼

日野市社会福祉協議会 地域支援係
TEL：042-584-1294

※平日（月～金）9:00～17:15の間でご連絡ください

