

藤枝市安心すこやかセンター愛華の郷 家族介護教室

「疲れにくい身体づくり」

～心も身体も気持ちいい体操～

講師：中野 直子先生（健康運動指導士）

健康体操を通し健康づくりや心身のリフレッシュを行います。

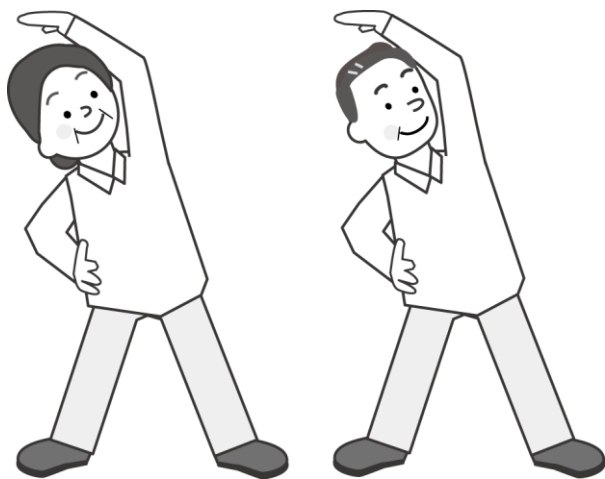
興味のある方は是非ご参加下さい！

日 時：平成25年11月18日（月）13時30分～15時（予定）

場 所：特別養護老人ホーム愛華の郷（住所：藤枝市大東町58）

内 容：健康体操と講義

参加費：無 料



申込・問合せ先

藤枝市安心すこやかセンター
愛華の郷
電話：054-634-1133

営業時間：平日8：30～17：30
（土日祝日は休み）