

マットの貸出あります！



min zinjima

づ
る
ゆ
う

ヨガ健康体操教室

日時

4月26日・5月24日・6月28日（金）
13：00～14：30 【受付】12：45～

参加費

750円（3回で）
※お釣りがないようにご協力ください

対象

概ね60才以上の地域住民 30人

持ち物

動きやすい服装・タオル・水分など
事業の最中は裸足か五本指ソックス着用

講師

佐竹 裕子 氏

申込み

4月15日（月）10時～電話にて【先着順】

問合せ・申し込み

鶴見市場地域ケアプラザ・コミュニティハウスゆうづる
☎045-500-6688

【発行日】2024.3.22

