

平成30年度 健康講座 「ふれあい健康教室」

1. 日時 **12月25日(火)**

13:30~15:00

※ 毎月最終火曜日

2. 場所 **山陽老人福祉センター
集会室**



3. 講師 **健康運動指導士**

吉備国際大学 非常勤講師

高見 博子 氏

4. 参加費 **無料(事前申し込み不要)**

5. 備考
- ① **動きやすい格好**でお越しく下さい。
 - ② **タオル**をご持参ください。

お問い合わせ先: 山陽老人福祉センター
電話番号 086-955-3732