

かわせみ体操講習会

- ❁ **か**らだを動かして健康づくり
- ❁ **わ**たしたちのまち ふじさわのオリジナル体操
- ❁ **せ**のびの運動から始めます
- ❁ **み**んなで楽しく体操しましょう♪

受講者アンケートから
(一部抜粋)

- ・体調維持に効果あり!
- ・仲間ができたことで続けられる!
- ・また参加したい!



日時: 3月26日(月)午前10時~11時30分

(受付9時30分より)

場所: 湘南大庭公民館 体育室兼ホール

持ち物: 筆記用具・タオル・飲み物・上履き

参加費: 無料

定員: 30名

申込み 3月1日(木) 午前9時~受付開始

電話またはFAXにて健康増進課へ

※医師に運動を制限されている方はご遠慮ください。

主催 藤沢市保健所 健康増進課・運動サポーター

みなさまのご参加、
お待ちしております♪



《申込み・問い合わせ》

電話 : 0466-50-8430 (直通)

藤沢市保健所 健康増進課

FAX : 0466-28-2121 (氏名・TEL明記)

※公共交通機関をご利用の上、お越しください。