

回 覧

令和2年12月1日

町民各位

滑川町長 吉田 昇
(公印省略)

パワーアップ体操教室

元気なうちから、介護予防をしませんか？

この教室では、ボール体操や、ゴム製のバンドを使用した体操、ウォーキングなど、楽しい内容が豊富です！

運動不足の方も、普段から運動をしている方も、みんなで楽しく元気な身体を作りましょう♪

✿ 対象者 町内に住所を有する 65歳以上の方

✿ 会 場 ・ 日 時 午後2時 ~ 午後3時30分

第 1 回 1月 14日 (木)

第 2 回 1月 21日 (木)

第 3 回 2月 4日 (木)

第 4 回 2月 18日 (木)

第 5 回 3月 4日 (木)

第 6 回 3月 18日 (木)

コミュニティセンター
(大会議室)

✿ 定 員 20名

✿ 参加費 200円



申込み方法

12月14日(月)より電話で受付をします

*受付時間は、平日午前9時から午後5時です。

滑川町地域包括支援センター

☎56-2132