

回 覧

町民各位

令和元年8月15日

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

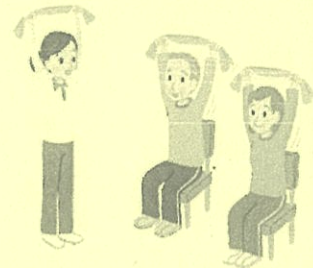
✿ 会 場 ・ 日 時

(時間) 午前10時～午前11時30分		
第 1 回	10月 2日 (水)	コミュニティセンター
第 2 回	10月 9日 (水)	
第 3 回	10月 23日 (水)	
第 4 回	10月 30日 (水)	滑川町総合体育館
第 5 回	11月 6日 (水)	

※第1回目のみ、コミュニティセンターで行います。

✿ 定 員 20名

✿ 参加費 150円



申込み方法

9月2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