

回 覧

令和3年7月1日

町民各位

滑川町長 吉田 昇
(公印省略)



秋の運動教室



9月から「秋の運動教室」を開催します。
適度な運動は、体力維持や増進、肥満や疾病予防の他、今後介護が必要となることの予防につながります。運動に自信がない方も、もっと色々な運動を行いたいという方も、楽しく続けられる内容となっています。初めての方、大歓迎です！
皆様のご参加をお待ちしております！

●対象者 町内在住の65歳以上の方

●日 時

第1回	9月10日(金)	午前10時～午前11時30分 *9時30分から血圧測定等の体調チェックを行います。 *ご自宅で体温測定をしてからお越しください。
第2回	9月24日(金)	
第3回	10月 8日(金)	
第4回	10月22日(金)	
第5回	11月12日(金)	
第6回	11月26日(金)	
第7回	12月10日(金)	
第8回	12月24日(金)	

- 会 場 滑川町コミュニティセンター 大集会室
- 定 員 15名
- 参加費 200円(傷害保険代)

申込み方法

7月26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。
- * 定員になり次第、受付を終了させていただきます。

滑川町地域包括支援センター ☎56-2132