

# 男の体操教室



初めての方も大丈夫。気楽に参加してください！

【日時】 11月4日(木)・11日(木)  
18日(木)・25日(木)

無料

午後1時30分～3時 1回だけの参加OK

【対象】 市内在住60歳以上の男性の方

【講師】 坂之上 秀子氏 (健康インストラクター)

【定員】 22名 (先着順)

【持ち物】 上靴・タオル・水分補給の飲み物

【申込】 10/14より電話か来館にて、午前10時から受付

【場所・問合せ】 大正区老人福祉センター

大正区泉尾3-9-16 Tel 6554-5330

