

体を動かして元気になろう！ 健康体操教室

コロナ禍で家にこもりがちな今、体を動かして元気になりませんか？椅子に座ったまま行う健康体操です！

【日 時】 **11月17日（火）**

10時～11時30分

【場 所】 宮野地域交流センター2階 多目的室1

【講 師】 渡邊 桂子 先生

【定 員】 10名（定員になり次第×切）

【参加費】 無料

【持参品】 タオル、飲み物、マスク

※動きやすい服装で参加してください。

【申し込み】 宮野地域交流センター

TEL 083-928-0250



※来館前に検温の実施、マスクの着用をお願いします。