

熊本市東部在宅福祉センター・東老人センター



懐メロ 健康体操



懐かしい曲を聴きながら
椅子に座って、マットを敷いて
軽い体操をしませんか!?



11月5日(月)

12日(月)・19日(月)

15:00~16:00

ワンコイン(500円)



お申込み・お問い合わせ先

講師：佐々木 典子

☎080-5246-1771