

みんな集まれ！

無料

ストレッチ&

健康体操



毎週火・土曜



12:15～12:45

やさしい筋トレ・百歳体操

簡単ストレッチ・脳トレ など

※日替わりで実施します！

どなたでも参加可能です。お気軽にお問い合わせ下さい

東部在宅・東老人福祉センター