

毎月第3水曜日 (祝祭日は休み)

(初回は4月20日)

美咲町役場第2分庁舎2階大会議室
(美咲町原田1735番地)

13:00~14:30

参加
無料

“楽しく健康づくり” 元気アップ教室

ゲーム感覚で楽しく健康づくり！

軽く体を動かして、健康づくりをする教室です。

ころばん体操、筋力体操、認知症予防ゲームなどします。

介護予防、認知症予防に、また日々の健康づくりに楽しく元気アップしてみましよう！

どなたでも参加オッケーです



※申し込みは生涯学習課又は各総合支所へ

定員は25名です。定員になり次第締切ります

【申し込み・問い合わせ先】

美咲町教育委員会生涯学習課

旭総合支所住民福祉課

旭町民センター

柵原総合文化センター

電話 0868-66-3086

電話 0867-27-3111

電話 0867-27-3674

電話 0868-62-1125