

港福社会館

申し込み講座のご案内

楽しくフレイル予防体操

～運動不足や筋力低下を
予防しましょう～

対象者 市内在住の60歳以上の方(利用証をご持参ください。)

日時

令和3年1月20日(水)
13時～14時

場所 港福社会館 集会室

講師 横川 珠姫先生

申込 1月4日(月)～先着15名 電話申し込み可



港福社会館 電話382-7009

〒455-0066 港区寛政町7-28
あおなみ線 荒子川公園駅から北西へ約300m