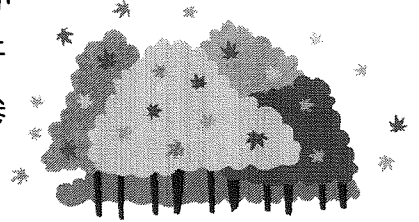
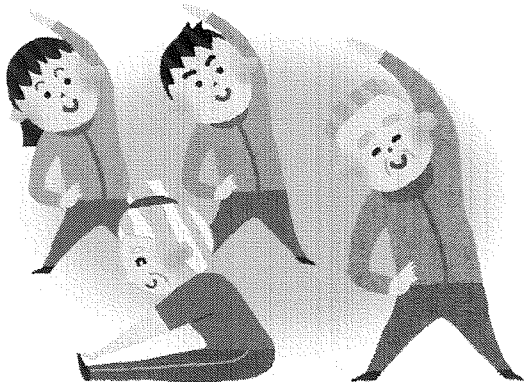


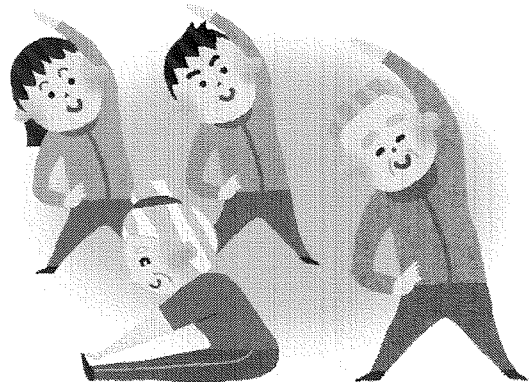
いきいき健康教室

今回は、皆さんの姿勢測定を行い、体のゆがみチェックを行います。ゲーム感覚で楽しく行える体操も予定しておりますので、皆さんの参加をお待ちしております。



日 時	令和7年 11月21日（金） 13：30～15：00		
場 所	いきいきセンター神楽	研修室1・2	
内 容	・健康講話 ・姿勢測定・介護予防運動他		
講 師	神楽・西神楽地域包括支援センター 保健師さん エア・ウォーター・ライフソリューション（株）合田さん		
服 装	動きやすい服装		
持ち物	運動靴・飲み物		
参加対象	60歳以上の方		
定 員	20名（先着順）		
参加費	無 料		
申込方法	いきいきセンター神楽 窓口・電話にて受付いたします		





お申込・お問い合わせ
いきいきセンター神楽

旭川市神楽4条8丁目
電話 61-0520

