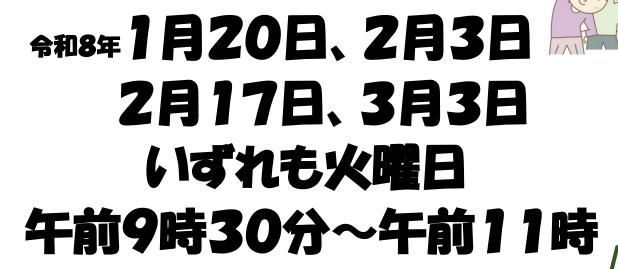
シニア筋トし講座

手軽にできる筋カトレーニングで いつまでも動ける体づくりに一緒に取り組みましょう!

日程



場 所:総合福祉センター2階 教養娯楽室

対 象:全4回参加できる市内在住の概ね65歳以上の方 講 師:佐藤 健一 氏(リハプライド新安城 管理者)

定 員:15名

持ち物:水分補給用の飲料、汗拭きタオル、動きやすい服装

受講料:無料

申込み:12月10日(水)~12月23日(火)

火曜日~土曜日 午前9時~午後5時

窓口・電話にて受付

定員を超えた場合は抽選し、結果は

12月24日(水)以降に全員の方に連絡します。

問合せ:安城市社会福祉協議会 地域福祉課介護予防係 電話 77-7896