

講演会

血液循環体操

開催日時： 2月26日（木） 9：30～11：30

対 象： 千葉市に住所を有する60歳以上の方で、職員の補助なく体操に参加できる方

定 員： 25人（先着順）

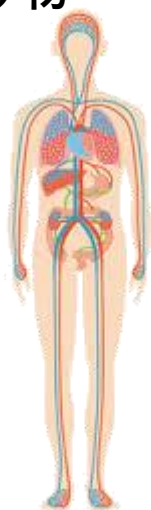
持 ち 物： ヨガマットかバスタオル、汗拭きタオル、飲み物

参 加 費： 無料

申 込： 2月1日（日） 9:30～

1階事務室に直接来館し申込または電話・FAX
（氏名・年齢・住所）を明記

血液循環の促進、心身のリラックス、体の柔軟性の向上を
目的とした体操を実施します。是非ご参加ください。



【お申込み・お問い合わせ】

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

電話043-270-1800 FAX043-270-1811