

フレイル予防講座

共催：西中田地域包括支援センター

健康マージャンや体操を楽しみながら
交流し 健康寿命を延ばしましょう！

- ◆日時：① **10月24日(金)** 13時～15時
- ② **10月31日(金)** 13時～15時 *2回参加できる方
- ◆会場：柳生市民センター（会議室）
- ◆対象：55歳以上・20人 ※マージャン初心者の方【先着順】
- ◆費用：無料
- ◆申込：10/3(金)10:30～ 柳生市民センター
電話または窓口へ（☎ 022-306-6750）



健康マージャンとは

健康づくり、仲間づくり、生きがいを
を目的とした麻雀です。



（公財）仙台ひと・まち交流財団 仙台市柳生市民センター
仙台市太白区柳生7-20-7
お問い合わせ… ☎ 022-306-6750

※お申込み時にお預かりした個人情報は当該講座以外の目的では使用しません。