

東口 ますます元気教室

顔の筋肉もケアしましょう。
表情筋のストレッチ

素敵な笑顔を作きましょう



令和7年 **11月19日**(水)

10:00~11:30

講師:表情筋インストラクター

渡辺 たかえ さん

★会場:榴ヶ岡市民センター

★対象:60歳以上

★定員:20人位(先着順)

★費用:無料

★持ち物:鏡(手鏡または
机に置く鏡)



お問い合わせ

●仙台市榴ヶ岡市民センター

電話:299-5666

●榴ヶ岡地域包括支援センター

電話:297-5906

【申込み】

11月5日(水)10:00~

榴ヶ岡市民センターへ

電話または直接窓口に