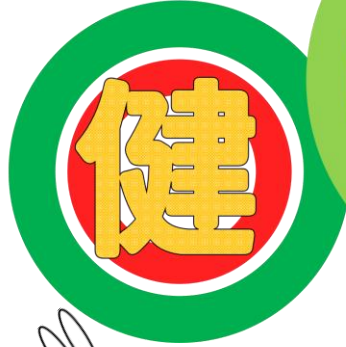


松森市民センター・松森地域包括支援センター 共催  
まっもり健康講座 <vol.7>

新年!



うごき初め



新年のことはじめ。

健康元気に! 新年のスタートを!



参加  
無料

内容

フレイル予防に役立つリズム体操、てぬぐい体操、ストレッチ、講話など

講師：健康増進センター 高杉 桂氏

日時

令和5年1月26日(木)

10時00分～11時30分

場所

松森市民センター・ホール

(仙台市泉区松森字城前9-2)

定員

20名(先着順)

持ち物：上靴・マスク・飲み物・タオル

申込

令和5年1月6日(金)午前10時から

下記連絡先までお申し込みください

定員になり次第締め切りとなります



【お申し込み・お問合せ】※必ず事前にお申し込みください

松森市民センター 022-776-9510 (電話または窓口で)

コロナウイルスの発生状況により中止・延期の場合がございます。あらかじめご了承ください。  
仙台市の「新型コロナウイルス感染症の発生に伴う仙台市の事業及び施設等の取扱いに係るガイドライン」に従い開催いたします。