



令和6年度 根白石市民センター主催・根白石地域包括支援センター連携事業

根白石学びのサロン④

～地域でいきいき～

気軽に楽しく 軽体操

地域の高齢者支援の窓口である包括支援センターの方のお話の後、ストレッチやリズム体操など、気軽にできる運動を行います。ぜひこの機会に体を動かしてみませんか。

3/7(金)

10:00～11:30

会 場：根白石市民センター大会議室

対 象：成人10人（先着順）

持ち物：汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

費 用：無料

申 込：**2/8(土)10時**～電話または窓口にて

※動きやすい服装と靴でお越し下さい。

申込・問合せ先

(公財)仙台ひとまち交流財団 根白石市民センター

〒981-3221 仙台市泉区根白石字杉下前24

電話 379-2108 FAX376-5769

お申込の際にいただいた個人情報は、講座の運営のみに使用いたします。