

平成 30 年 5 月 1 日

体を動かし、良い汗を！

高齢者相互の健康維持と親睦のため簡単なフォークダンスやストレッチで身も心もほぐしてみませんか？

歌やおしゃべりも交え、楽しいひと時を過ごしています。

60歳以上の方 お気軽にご参加ください 男性も歓迎です。

場所；松風台自治会館

日時；第2、第4木曜日 午後1時～4時00分

指導者；阿部泰子先生



しらゆり会問い合わせ

鳥海恵美子 TEL：025-252-1100

藤本 昭江 TEL：025-252-1100