始まります！麻溝健康プロジェクト

生き粋（いきいき）サイズ（仮称）

参加費無料

第１期　参加者募集！

いよいよ始まる**元気な暮らしをつくる**プロジェクト。**やっぱり元気が一番。**
「自分でつくる、自分で取り組む。みんなでつくる、一緒に取り組む」カラダづくり。

＊**開催日時**：Ｈ２８年４月７日（木）～毎週木曜日　全２４回（半年）コース
10：00～11：30　（受付 9：30～）

＊**場所**　：相陽台ホーム　（下溝 4303 番地）２階ﾌﾘｰｽﾍﾟｰｽ

＊**参加資格**：概ね６５歳以上の方　*28 年度後期も募集予定です*

＊**募集人数**：15 名　***3/1～受付開始！***　○送迎に関してはご相談ください○

※運動のできる服装と水分補給用の水筒・タオル等ご用意下さい。

お申込み、お問合わせ：　麻溝高齢者支援センター　042-777-6858　担当：　俵、西川