

毎年好評

地域介護予防教室

今年もやります！！

日時：3月28日（水）
13：15～14：45
（受付 12：40～）

場所：麻溝公民館 2F大会議室

講師：宮崎 恵美子（健康運動指導士）

参加費：無料

定員：25名

オリジナル体力測定を行います



※飲み物、タオルご持参のうえ、動きやすい服装でお越してください。



この事業は、相模原市の委託を受けて行っております。



お問い合わせ：麻溝高齢者支援センター ☎042-777-6858 担当：俵・西川

4月以降に麻溝で定期的に運動できる場所のご案内もしております♪