

元気人生プロジェクト

～ 第二の青春を支える、元気と活力を源に～

筋力アップにつながる体操や、理想的な食事についての講座、

ボッチャや羽根木公園でのウォーキングなどを行います！

日 時

6/11、13、18、20、27、
7/4、9、11

全8回

10時～11時30分

※詳しい内容は申込時にご確認ください。

会 場

新代田まちづくりセンター 地下体育室 他

対 象

40歳以上の方 先着20名

※新代田地区在住、はじめて参加される方優先

費 用

400円(保険料)

申込み

5月26日(月)から以下の方法でお申込みください

①電話 03-3322-7691

②FAX 03-5376-7031

③新代田まちづくりセンター窓口
(羽根木1-6-14)

※①～③すべて平日8時30分～17時

