

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

TEL973-8577

FAX973-8578

西町1丁目19-2

～月1回「体」のための一日を設けましょう～
自分の体は自分で管理して健康に過ごしましょう！

6月5日(土)

たのしい体操

～☆ 貯筋(ちょきん)体操 パートⅢ ☆～

講師：丸山 隆 さん(ライフサービス)

時間：10:00～12:00

場所：支援センター 会議室

参加費：無料



飲み物・タオルを
忘れないように！



こんな悪循環を繰り返してはいませんか？
できる範囲から運動習慣を身につけましょう。

申込締切 6月4日(金)

申込は FAX⇒973-8578 PC・携帯メール⇒info@fukurou1947.Com

