回覧

・平成31年1月1日・
神田町会長　　鳥羽弘純
福祉厚生部長　鈴木好郎

神田町会出前ふれあい健康教室
開催のお知らせ！

毎月、福祉広場で行われている「ふれあい健康教室」が神田町会へ出張して開催されます。町会の皆様の親睦と、健康への高揚を目指しています。お誘合わせてお気軽にお越し下さい。大勢の参加をお待ちしています。

日　　平成31年**1月24日(木)**

時　　**午後2時～4時**（受付1時半～）

所　　神田公民館ホール

内容　楽しい**ストレッチ体操**

ぽっかぽか！
ぽっかぽか！

とじこもってなんで、体を動かしましょう！

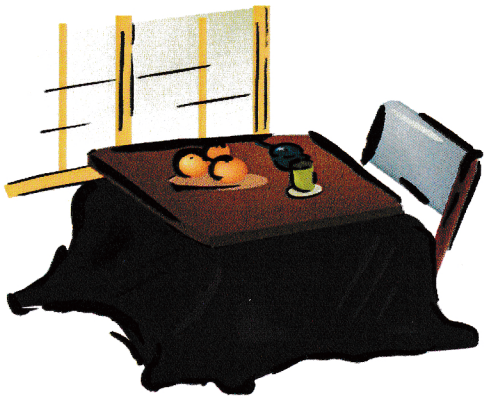
講師　荒井真理先生

お気軽な服装でお出かけ下さい！

みんなで歌も歌いましょう！

保健師さんによる**健康相談**もございます。
希望の方には体組成形による測定や、
血圧測定を致します。
健康についての心配事や悩み事も
ご相談下さい！

担当　健康づくり課　中央南保険センター
大輪拓郎　保健師



最後にお茶を飲みながらの、ミニ健康講座で、健康についてのちょっといい話を聞くことが出来ます。年齢に関係なく多くの皆様の参加をお待ちしています。