

たすけあい

サロンのご案内

- ◆日時 5月3日(金)PM1:00~3:00
- ◆場所 西鎌倉自治会館
- ◆参加費 200円

お茶を飲みながら地域の方たちとゆったりとした時間を過ごしませんか

“より健康に! よりしあわせに! 自分自身の力で
いつまでも元気に生活していくように軽い運動で
身体を鍛えましょう”



指導 斎藤たい子先生 (日本3B体操協会)

祝日ですがサロンは開催します



問い合わせ先 たすけあいサロン 高島