

健康づくり教室

～みんなで楽しくフレイル予防～

講師	徳武 有紀 先生 (健康運動指導士)
開催日	令和6年3月6日(水)
時間	13:30～
会場	芋井公民館 2F ホール
定員	15名
持ち物	タオル、運動の出来る支度

*参加費は無料です。

*芋井公民館の窓口または、電話・FAX・E-mailでお申し込みください。



主催 長野市立芋井公民館

共催 芋井地区住民自治協議会 福祉部会

お申し込み・お問い合わせ先

芋井公民館

TEL 235-5778 FAX 262-1184

E-mail:imoik@sunny.ocn.ne.jp