

10月の高齢者支援推進事業は…

はっらっ元気体操



健康運動指導士の先生と、体をうごかしましょう！
椅子に座って出来る簡単な運動です。
動きやすい服装と靴でお越しください。



日 時 令和元年10月9日(水)

13:30~14:30



会 場 高松市福岡町二丁目24番10号

高松市社会福祉協議会 東館2階南会議室

講 師 健康運動指導士 廣瀬 豊 氏

参加費無料
お気軽に
ご参加下さい



★ お問い合わせ・お申し込みは…
高松市社会福祉協議会 老人介護支援センター
☎ (087) 806-0500