



2019年12月10日
石神台自治会長 高木敏宏
福祉部・地域福祉推進委員会



自治会員各位

お勧め **生き生き広場** お勧め

おあしす 24 健康おおいぞ

～ 身体をほぐす、鍛える、整える (ハイライフサポート講師による) ～

「つらい・きつい」ではなく「楽しい・気持ちいい」ことを知り、健康づくりを実践しましょう！町の保健士さんが尿検査・血圧測定もして下さいます。

日時 : 2020年1月17日(金) 13:30～15:30

場所 : 石神台公民館1階

*連絡先 : 赤井 (72-2395) 小野 (090-1886-6405)

地区ボランティアからのお知らせ

(会長 : 加藤真理子)



お休み処 “みちくさ” は

1月7日・2月4日(火) 10:00 ~ 12:00 Open



みんなのコミュニティの場としてお気軽にご利用ください。
コーヒー・紅茶・緑茶のサービスがあります。

スクエア・ステップ・エクササイズ(SSE)石神台

(代表 : 川村紀佐子)



脳トレ体操として毎月公民館で実施しています。初めての方も大歓迎！

1月9日・23日(基本、第2・第4木曜日)

10:00～11:30 公民館1F