

～これからも健康に過ごすために～

ターミーさんの いきいき健康教室



健康で楽しい毎日を送るために、
日々の生活の中でのアドバイスや、
家でもできる簡単な体操など、
佐々木ターミーさんに教わります！

日 時： 令和4年5月19日（木）

午前10時～午前11時30分

場 所： 日置地区公民館 多目的室

講 師： 佐々木 ターミーさん

持ち物： タオル、飲み物、

ジムボール（持っている人）

定 員： 10名程度（先着順）

参加料： 無料



今年度最初の教室です。

ぜひご参加ください！

裏面もご覧ください

申込・お問合せ先

日置地区公民館

TEL 86-0836

FAX 86-0837