



平成30年 4月 吉日

下島自治会員各位

福祉部長 田中栄之

いきいき健康体操指導員

【いきいき健康体操】へのご案内

陽春の候、皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

昨年度から始めた「いきいき健康体操」は、参加者の方から「楽しかった」

「健康になれそう」・・・との感想を頂きました。

今年度は、定期的の実施し更に多くの方に、体を動かす機会を提供

できたらと思っております。

今年度第一回目「いきいき健康体操」を下記内容で実施致します。

ぜひお気軽にご参加下さい。

開催日 平成30年 5月9日(水)

場所 下島自治会館

時間 13時30分より1時間程度

服装 体操のしやすいもの、室内用の靴

持ち物 飲み物、タオル

連絡先 福島弘美 (Tel 82-6136)

30年度実施予定日

7月4日(水)10時

9月5日(水)10時

11月7日(水)10時

H31 2月6日(水)10時

都合のいい日にぜひご参加下さい