

令和8年度 四邑公民館講座

## 第3回 健康体操

四邑地域の中高年の方並びに四邑公民館各種団体の会員を対象に、親睦を深め楽しく**健康維持・老化防止**を目的とした教室です。

【日時】

令和8年6月26日（金）Pm1:30～Pm3:30

【場所】

四邑公民館 2F 多目的ホール

【講師】

かつらぎ町役場健康保険課健康推進係

松井理学療法士

岡本保健師

【定員】

20名程度

【その他】

・運動できる服装。上靴・飲み物・タオル他を持参。

【問合せ】

四邑公民館（南谷） ☎22-5454

