

社会福祉協議会

7月 主催行事のご案内

歩こう会

7月9日(火)、23日(火)
町民センター正面玄関 9:00出発

町民センターを出発し、3km~5kmのコースをゆっくり時間を掛けて歩きます。
☆タオル・水分を持参し、動きやすい服装で集合して下さい。(雨天中止)

ふまねっと 教室

7月12日(金) 町民センター研修室1
26日(金) " 小ホール
10:00~11:30

ふまねっと運動は、あみを踏まないように注意してゆっくり歩く運動です。
注意、集中、記憶や歩行バランスを改善して転倒を予防する効果があります。
☆タオル・水分をご持参ください☆

いきいき 運動教室

7月26日(金) 町民センター小ホール
13:30~15:30

甘露の森から先生がやってきます。
みんなで楽しく運動しましょう！
※同時開催の健康教室の測定状況により開始時間が遅れる場合があります。