

笑顔いっぱい 😊 元気いっぱい 😊 大垣南支部

班会～げんきひろば～

8月5日(月)10:00～11:30

江東地区センター

✿ 健康チェック

✿ スクエアステップ

もちもの 汗ふきタオル、飲み物

どなたでも参加できます

お友達を誘って遊びに来て下さい



スクエアステップとは

転倒予防、介護予防、認知機能向上、体づくりをはじめとし、子どもからアスリートにも適用できる将来性のあるエクササイズです

問い合わせ

西濃医療生活協同組合 0584-92-3268

090-8555-0817 (大垣南支部 黒田)