

No. 268 敷戸駅北町健康教室

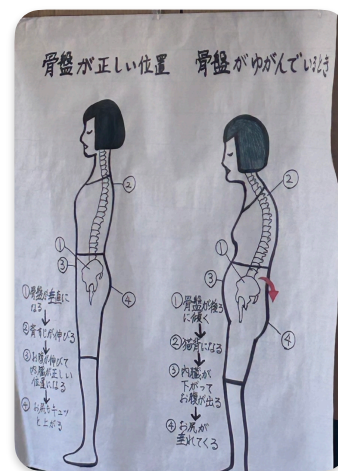
1月25日開きました！



1月25日(木)今年度8番目の教室が開講しました。
敷戸駅北町の皆様のお声かけでたくさんの方々の参加
をいただきました。
これから長く元気に活動を続けてください！！



ボールを使って筋力
トレーニング



イラストを使っでの説明
わかりやすいです。



小畑講師



日時 毎月第2・4木曜日
10時から
場所 敷戸駅北町公民館

代表者 齋藤 益江
スタッフ 堤 文代