

6月

ライトフィットネス 座間味

気軽にカラダを動かそう！

歴史文化・健康づくりセンター
6月20日(金)
15:15~16:15

65歳以上の村民誰でも参加OK

持ち物：上履き（タオル、飲み物）



インストラクター
が教えます！



ジムにある器具
を使って運動

¥0

参加費無料
事前予約なし

※毎月第2・第3どちらかの金曜日に
開催する予定です。

（日程は決まり次第告知）

※阿嘉島・慶留間島の方はみつしま
ご利用料金免除されます。

※阿佐・阿真にお住いの方は送迎可能です。
社協までお電話下さい。

お問い合わせは

座間味村社会福祉協議会
098-987-2084

歴史文化健康づくりセンター
098-996-1361