ふくおか健康友の会　東区西支部

# 体操教室のご案内

## 体操教室を体験してみませんか？

◎　運動をしたいと思っていてもどうしたらよいか分からない方

◎　生活習慣病改善・認知症予防・介護予防をしたい方

◎　楽しく体を動かしたい方　等

どなたでもご参加頂けます。

**日時：　毎月第3土曜日10:30～12:00**

**場所：　のむら貝塚ガーデンシティ　コミュニティセンター**

※　開催日時や場所は変更になることがあります。

**問い合わせ：　ふくおか健康友の会　092-651-1522**

**（村瀬）**