



いきいきポイント手帳対象 参加費無料！

第30回

健康セミナ

心身の健康維持や
フレイル予防の為に音楽を使って
みませんか。
住み慣れたまちでいつまでも元氣
に暮らしていきましょう。



歌を使って 健康づくり

●日 時：7月26日(日)10：00～12：00

●会 場：五日市中央公民館 2階 研修室

●講 師：音楽講師 合木 明子さん

●対 象：どなたでも30人（先着順）

●持参物：飲み物

●申込み：7月1日(水)から五日市中央公民館へ電話(082-921-8070)
または窓口で受け付けます。

共 催 五日市中央学区体育協会 / 五日市中央公民館