

令和7年9月15日

区民の皆様へ

小諏訪自治会
和と輪の会

自宅でできるフレイル予防体操 参加者募集のご案内

日時：令和7年10月16日（木） 13時30分～15時

会場：小諏訪公民館

講師：伊藤 伸行 先生
（理学療法士）

※参加自由です。軽い体操ができる服装で飲み物を持参ください。

お誘い合わせて多数の方のご参加をお待ちしております。

問い合わせ先

小諏訪自治会 会長 上 哲也 電話 090-3303-9595