



ココロとカラダの健康づくり
集 ま ろ う ！ 通いの場

いきいき百歳体操



- 日 時 1 月 9 日・23 日 金曜日 10:00～11:30
- 場 所 瀬田東市民センター 3 階 大会議室
- 持ち物 上靴、飲み物（水分補給用）
- お申込 不要 ※初回参加時に参加登録をしてください。

○参加は無料です



健康づくり「たんぽぽ」

瀬田東在住の方々と結成されたボランティア団体。

主催：瀬田東公民館・健康づくり「たんぽぽ」