



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 9月12日・26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。  
みなさまの心と身体健康づくりを応援します！

主 催：瀬田東公民館・健康づくり「たんぽぽ」