

第2回 健康講座

体幹トレーニングで
活動的に!!



日時 2025年7月9日(水) 13時30分~15時

会場 長後市民センター 3階 ホール

講師 藤沢市保健医療財団 健康運動指導士

対象 主に65歳以上の方

定員 30名(先着)

参加費 無料



<申し込み>

6月16日(月)~6月27日(金)

来庁または電話にてお申込み下さい。

※平日の8時30分~17時(12時~13時、土曜・日曜・祝日を除く)

長後市民センター 地域づくり担当

電話 0466-44-1622