



とやませいきょう

福祉活動委員会主催



健康チェック & 健康体操

日時：5月23日（金）
10：00～11：30

場所：西部センター2階
（高岡市戸出春日658-1）

定員：40名程

持ち物：汗拭きタオル、水分補給

参加費：無料

5月2月(金) 締め切り
5/12(月)～応募の方に連絡します。



・「骨密度」「血管年齢」「握力」「足指力」を計ります。

・健康体操をします



体を動かしたり裸足になったりするので動きやすい服装でお越しください。



とやま生協 西部センター
高岡市戸出春日658-1

TEL：0120-555-192

組合員活動スタッフ 杉山

応募申し込みフォーム

＊お電話でのご応募もお待ちしております。