

# 元気に長生き！ 健康寿命を延ばそう！！



元気に過ごすための  
知識と運動！



座ったままでも出来る  
運動もありますよ

日 時

9月3日(火) 10:00～12:00

講 師

藤田 幹雄 氏(鍼灸マッサージ師)

場 所

大野市民センター 2階 大会議室

参加費

無料

申 込

8月1日より受付(お電話もしくは窓口にて)

\*お電話は大野市民センター(017-739-6228)まで

\*定員20名に達し次第受付終了とさせていただきます