

# 梅鶯健康クラブ



## 【集合（実施）場所】

梅町3丁集会所

## 【参加できる方】

梅町3丁老人会の方

## 【活動日時（集合時間）】

毎月第3木曜日  
午前10時～11時30分

## 【活動内容】

ストレッチ、堺コッカラ体操、チューブ体操等笑いのある健康づくりに取り組んでいます。

終了後、みんなでコーヒータ임は格別です。

令和7年10月現在

お問い合わせ先

堺市北保健センター

電話：072-258-6600

FAX：072-258-6614