

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イムは格別です。

令和5年12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