

楽しもう会



【集合（実施）場所】

新金岡市民センター
和楽荘（和室）

【参加するには？】

北保健センターにご連絡ください

【活動日時（集合時間）】

毎月第2・4火曜日
午後1時～3時30分

【活動内容】

屋内活動では、体操や健康についての勉強・体操の指導を受けています。

また、気候の良い時は、屋外に出てウォーキングで体を動かし、笑いを絶やさずに楽しく健康づくりに取り組んでいます。

また、みんなでイベントを企画して、楽しんでいます。

皆さんの参加をお待ちしています。

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