

蔵持地区「まちの保健室」からの

お知らせ

蒸し暑い季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？昨年からの新型コロナウイルス感染症により、外出の機会も減少し、身体を動かす事が少なくなっていると思われます。

「緑が丘集会所」では、以前から月2回
巡回まち保を行っています。

これまでは、血圧測定・体脂肪測定を行っていましたが、5月よりDVDを使用した**イス体操**を始めました。皆様と一緒に、楽しく体操しませんか？

☆ 巡回まち保

場所： 緑が丘集会所

日時：毎月 第1・3 水曜日

9時～11時45分

《DVD体操：10時～11時》

マスクの着用をお願い致します

(緊急事態宣言等により集会所が閉鎖された時は中止となります)

蔵持地区「まちの保健室」 ☎0595-63-6371