

転倒予防のための

# ウォーキング講座参加者募集！！

日時： 令和7年2月1日（土）

午後1時30分から午後3時30分まで

会場： 町屋文化センター2階ふれあい広場

荒川区荒川7-20-1 ※駐輪場あります



内容： 講義と歩行実技で転倒予防を目指します。

定員： 25名（応募者多数の場合は抽選）

講師： 日本ウォーキング協会様

申込先： シルバー人材センター事務局

→ 電話：03-3810-1141



※動きやすい服装、飲み物をお持ちください

※お友達も参加可能ですので（※60歳以上で区民の方）ご一緒お申込みいただけます

体調がすぐれない場合は参加を控えていただく可能性がございますのでご理解の程お願いいたします