

女性限定

介護予防 健康教室 受講者募集

日時	11月12日（水）午後1:30～
場所	能代市働く婦人の家 軽運動室 （能代市追分町4-26）
対象	能代市に住む60歳以上の女性
内容	介護予防のための体操や、転倒予防のための運動、健康について
定員	15人
持参する物	<ul style="list-style-type: none">• 運動のしやすい服装• 上履き• 汗拭き用タオル• 飲み物
受講料	無料



- ◇受講希望者は、11月7日（金）まで事務局に電話でお申込みください。
- ◇Smile to Smileのアンケートからもお申込みできます。
- ◇シルバー会員以外の方も受講できます。

公益社団法人

能代市シルバー人材センター TEL : 0185-54-4688

能代市青葉町5-37

お申込み、お問い合わせ先

ごようはシルバー

