出張！南部老人福祉センター

やさしいヨガ

椅 子

11月15日（水）

10:00～11:30

場所
横町公民館

・ヨガ講師　　春田かおり
（新国際ヨガ協会会員）
・健康講話・相談　温水裕美
（赤江老人福祉センター看護師）

横町公民館をお借りして、『出張！南部老人福祉センター』～やさしい椅子ヨガと健康講話・相談～を計画しました。お茶とお菓子を準備してお待ちしておりますので、お気軽にご参加ください。（無料）

参加を希望される方は、別添の申込用紙に氏名をご記入ください。（定員20名、11/8締切）

宮崎市南部老人福祉センター：宮崎市恒久5124番地☎51-6007