

# 「健康運動教室」のご案内

◆会場

送迎付 無料

神根たたら荘（道合1421）



◆日程・時間

4月 9日 (月)	5月 21日 (月)
4月 16日 (月)	5月 28日 (月)
4月 23日 (月)	6月 4日 (月)
5月 7日 (月)	6月 11日 (月)
5月 14日 (月)	6月 18日 (月)

午前10時～11時半、初回と9回目は正午迄

◆服装・持ち物

- ① 運動ができる服装
- ② 水分補給用の飲み物
- ③ タオル
- ④ 筆記用具
- ⑤ 保険代800円(初回のみ)
- ⑥ 施設料100円(毎回)

◆問い合わせ先

\*神根東地域包括支援センター  
☎298-3822

\*土日祝 休み

\*主催：川口市役所 長寿支援課 地域ケア係

