

主催：NPO法人まちなっと大口・大口町

極める大人の
\ チャレンジ講座 +1 /
いきいき けんこう
粹々 健幸
ライフ
講座

6/
日曜 25

10:00~
11:30

人生を粹に心も身体も健やかに過ごすためには、自分に合った活動を探し、継続することが大切です。誰かの役に立っている、楽しく話せる友人がいる、自分の居場所があるなど、健幸のヒケツを知りましょう。

プログラム

めざそう！粹々健幸ライフ！！
ブレイクタイム&団体PR
自己紹介ビンゴ



場 所： 大口町健康文化センター4階ほほえみホール

講 師： 松井 昌子氏（健康課長 保健師）

参加費： 無料

定 員： 40名



申込み問合せは電話・FAXまたはメールでお願いします

NPO法人まちなっと大口 ☎ 22-6642 ✉ machinet@heart.ocn.ne.jp