

参加費無料
先着20名様

生活支援アドバイザーイベント

健康講座

開催日：2023年2月6日(月)

時間：13:00～受付開始
13:30～開始(約1時間半)

場所：西大和片岡台団地
管理サービス事務所棟 集会所(大)

講師：日本赤十字社 奈良県支部 涌田 先生



1部

生活不活発病の予防

2部

健康体操



健康でいきいきとした生活を維持するには、日頃の生活習慣の積み重ねが大切です。
この機会に見直してみましよう！



参加申込・お問合せ：西大和片岡台団地 生活支援アドバイザー 山下
(管理サービス事務所内)

- ・電話：0745-73-5855
- ・営業時間：9:30-12:00 13:00-17:00
- ・休業日：水・日・祝

主催 URコミュニティ 奈良住まいセンターお客様相談課
協力 日本赤十字社 奈良県支部

このチラシ
投函後から
受付開始！