

高齢者いきいき活動ポイント事業！ポイント手帳をお忘れなく！  
1回参加で1ポイント獲得(1ポイント：100円)年間100ポイントまで



# 7月健康体操

**場所** フジグラン高陽 2階文化ホール

**時間** 13:30 ~ 14:30

**参加費** **300円**



頭と身体を活性化！

7/4 (水) ストレッチとコグニサイズ



元気に楽しくストレス発散！

7/11 (水) 笑顔で Lets エクササイズ



身も心も更に綺麗になりましょう！！

7/18 (水) 顔ヨガ・耳ヨガ  
フェイスマッサージ



どなたでも参加できる楽しい教室です！

お問い合わせ

お申込みは

介護ショップ エコール フジグラン高陽店

(082)841-4567 拳 ECOL