

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

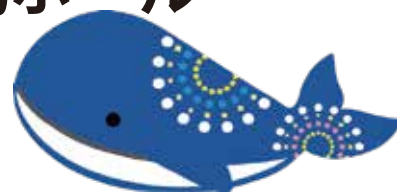


8月健康体操

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！

8/1 (水) **ストレッチとコグニサイズ**



イキイキとした脳を保ちましょう！

8/8 (水) **頭イキイキ体操**



柔軟は健康へのカギ！

8/22 (水) **健康柔軟体操**



元気に楽しくストレス発散！

8/29 (水) **笑顔で Let's エクササイズ**



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