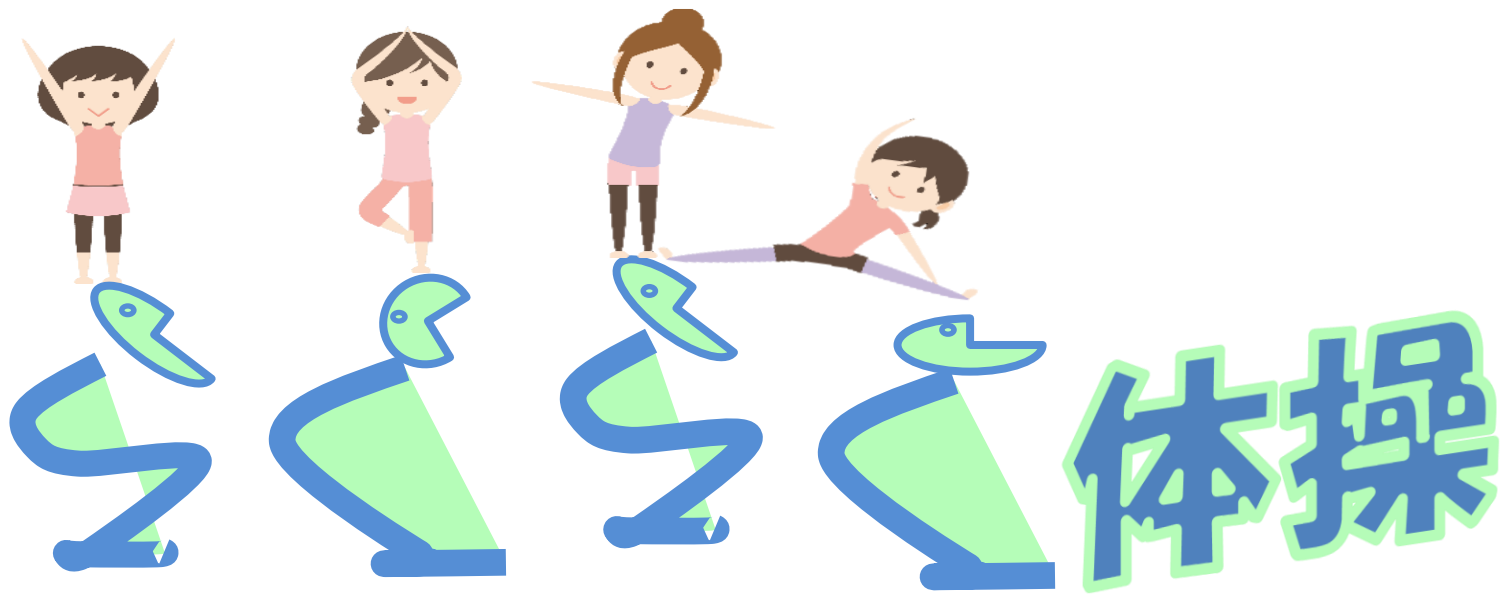




4月9日（水）

10：30～11：45



**関節を柔らかくし、
歩く・座るを
「らくらく」にしましょう！**

講師 瀬角 志津子

（日本ボディポテンシャル協会 介護予防体操指導士）

定員	30 名（先着順）
場所	翠風荘 大広間
持ち物	タオル・飲み物
申込	3月11日（火）～ 電話か直接翠風荘へ

老人福祉センター 横浜市翠風荘
横浜市栄区野七里 2-21-1

☎ 891-4141 fax 891-4143

駐車場（無料）の確保はできません
公共交通機関をご利用ください

※60 歳以上で、本人かお子さん・お孫さんが市内在住の方