

令和6年度 嘉手納町

笑って学んで 介護予防の時間ですよ!!

「人生100年時代」に向けた健康づくり

参加
無料

嘉手納町にお住まいの方ならどなたでも無料で参加できます。
お住まいの行政区コミュニティーセンターへご参加ください。



健康運動指導士 津波古 浩乃
スタジオ・カシータ チーフトレーナー
「未来の自分の姿」を想像して楽しくストレッチ!

笑い与健康をテーマに
たくさん笑って免疫力up!!
ゆうりきや〜(タレント)



	日にち	時間		日にち	時間
北区	11月26日(火)	10:30~11:30	中央区	11月27日(水)	14:00~15:00
東区	11月26日(火)	14:00~15:00	西区	11月28日(木)	10:30~11:30
西浜区	11月27日(水)	10:30~11:30	南区	11月29日(金)	10:30~11:30

※場所は、各区コミュニティーセンターです。

お問い合わせ：嘉手納町地域包括支援センター TEL956-0849