

えがお健康クラブ



時間 午前10:30~12:00

曜日 第2、第4週の火曜日

場所 小竹向原キリスト教会

参加費 無料

転倒予防・腰痛予防で
いつまでも元気に

◇ 健康体操で、

一緒に体を動かしましょう！

◇ 心に元気が出る言葉 -短い聖書のお話-

◇ なつかしい唱歌をみんなで歌いましょう

◇ お菓子を囲んで楽しいおしゃべり 

(お茶代100円)

