

# \\GOGO健康講座//

快眠・快便・快笑・快運・快食・快心・快身

# セブン快!!

無料!

## 【栄養講座】

9月10日(火)  
14:00~15:30

岸谷会館2階

鶴見区岸谷1丁目26-16

先着20名(予約制)

## 【快運講座】

9月18日(水)  
14:00~15:30

東寺尾地域ケアプラザ

鶴見区東寺尾1-12-3

先着30名(予約制)

市バス  
安養寺  
前すぐ



対象：おおむね65歳以上

持ち物：筆記用具、室内履きシューズ、飲み物

問合せ・申込先：東寺尾地域ケアプラザ(出口)

☎ 045-584-0129