

令和7年度

すすき野カレッジ

14:00~15:15

今年度も5月から1月まで年8回開催します
“ポジティブエイジング”がテーマの内容となっています
ぜひ一緒に学びましょう！

参加無料！ 10月24日（金）

『秋の体操教室！』

講師：介護予防運動指導員 矢崎ゆうこ先生

場 所：すすき野地域ケアプラザ

持ち物：上履き、タオル、飲み物

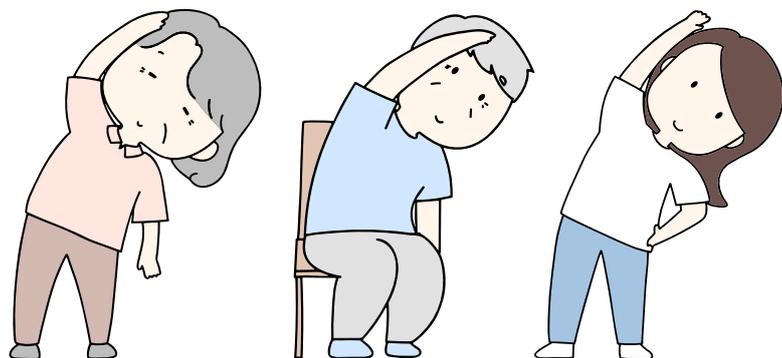
対 象：概ね65歳以上の方

定 員：30名

申 込：☎ 909-0071（すすき野地域ケアプラザ）

運動の秋！

まだまだ暑い日が続
きますが、みんなで
楽しく体操をしまし
よう。



【お問い合わせ】

すすき野地域ケアプラザ

青葉区すすき野1-8-21

045-909-0071

※公共交通機関をご利用ください