



快眠・快食・快便・快運・快心・快身・快笑

♪ひがてら健幸スクール♪

一緒に昭和歌謡を歌って身体も動かしてスッキリ楽しく
セブン快でみんなで一緒に健幸（健康）になりましょう！

日時：1月6日、2月3日、3月3日 13:30～15:30 ※すべて第1火曜日です。

場所：東寺尾地域ケアプラザ 2階多目的ホール

注意事項

飲み物は各自でご用意をお願いします。
動きやすい服装でお越しください。



東寺尾地域ケアプラザ ☎ 045-584-0129