

第1回皆川公民館成人学級

運動講座



…夜ねる前にからだを癒す体操…

6月26日(木)10:00～11:30

講師：健康運動指導士 勝 恵美氏

会場：皆川公民館 大研修室

定員：20名（先着順）

お申込：5月21日～6月13日

窓口またはお電話にて受付

持ち物：動きやすい服装と靴、飲み物

汗拭きタオル、てぬぐい



第2回皆川公民館成人学級（皆川地区自治会連合会共催）

見直そう生活習慣！

～いつまでも健康でいるために～

7月10日(木)19:00～20:00

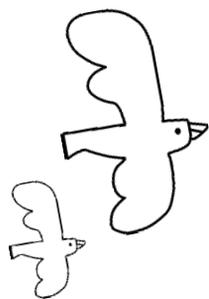
講師：栃木市健康増進課 職員

会場：皆川公民館 大研修室

定員：20名

お申込：5月21日～7月7日

窓口またはお電話にて受付



問合先：皆川公民館
TEL：0282-22-1812