

「ダイヤランド健康サポート隊」勉強会

「ロコモ予防とキュンキュン体操」

暑かった今年の夏、疲れがでていらっしゃいませんか？

今年二回目の健康サポート隊の勉強会は、以前にも学んだ  
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防について  
の復習と函南町ご当地体操「キュンキュン体操」に挑戦しま  
す！体脂肪測定も行います！

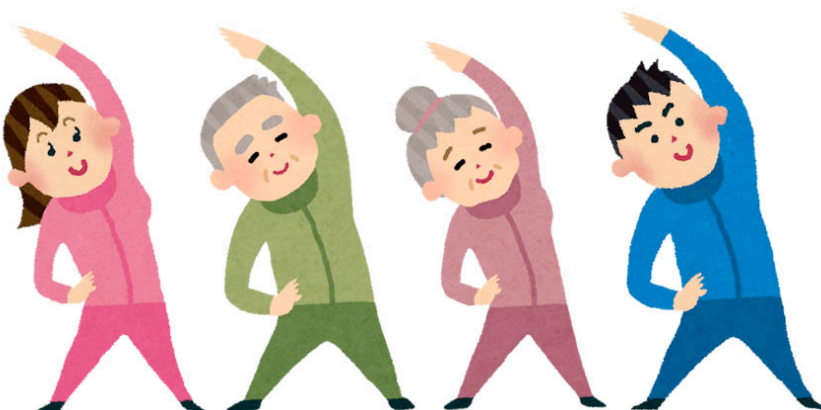
皆様、お誘い合わせの上、是非、おでかけ下さいませ。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

日時：10月28日（日）午前10時～11時30分

場所：ダイヤランド・ホール（動き安い服装で！）

講師：函南町保健師の先生



主催：ダイヤランド区民の会 文化・健康推進部