

1月のけやき県民講座

参加費 無料

～あなたの生き方大丈夫～

老いを迎え撃つ

シニアからの老いない(老化を防ぐ)生き方の秘訣は「あ」「い」「う」「え」「お」です。クイズ、健康体操や歌等を交えて楽しく、わかりやすくお話していただきます。

健康生きがいづくりアドバイザー

● 講師 南野 和治さん

● 日時 1月23日(水)
13時30分～15時30分

● 場所 7階 研修室



千葉県福祉ふれあいプラザ

月曜日休館・祝日の場合は翌平日休館 9時から18時

電話:04-7165-2886

FAX:04-7165-2882



お申し込みが必要です。(先着順60名まで)
直接ご来場の場合は体験コーナーで受け付けます。