

みなとげんき広場

(ロコモにならない身体を目指して)

リズムに合わせて簡単な体操を
みんなと一緒に♪

日時: 10月1日(月) 10時~11時
会場: 伏見港公園体育館(当日受付)
参加費: 無料

スリムサポートかなえ隊が実演します



上履きを持参してください

**50歳以上の運動
制限のない方なら
どなたでも
参加できます**

スリムサポートかなえ隊って？

伏見保健センターの「京都市健康づくり
サポート養成講座」を修了した人たちが
結成されたボランティア団体さんです。

伏見港公園管理事務所

電話：075-611-7081