

回覧をお願いします

南公民館だより



令和6年 4月 発行
府中市土生町615-19
南公民館館長 西垣内 香代
電話・FAX 41-2240

楽しく健康づくり 体験会2回目

地域の皆様 健康足踏器を使って、楽しみながら足裏マッサージをご一緒にいかがでしょうか。足裏にはたくさんのツボがあり、からだの不調を整える作用があります。お友達と楽しくおしゃべりしながら一緒にやりましょう。

日 時 令和6年 5月18日(土) 午後2時から午後3時

場 所 南公民館 2階 集会室

対 象 どなたでも

定 員 先着15名



参加費 無料

持ち物 健康足踏器 (100円ショップ等にありますが)

※大きさは縦約10cm×横約36cm位が使いやすいです

※動きやすい服装、飲み物、タオル等

講 師 池田 洋子さん

※ 換気のため、窓を開けています。調節できる服装でお越しください。

☆ 申し込み・問い合わせ先 ☆

南公民館 電話 41-2240

mail f_minami-ph@silver.plala.or.jp

公民館開館日時 火～土曜日

午前9時～午後9時

職員在館時間 火～土曜日

午後1時～午後7時

※ 不在の場合もあります。

休館日 日、月曜日 祝日