

松山健康づくり体操教室

高齢者を対象に、運動機能の維持向上や介護予防及び日常生活における安定した生活の持続を目指し、開催します！！

実施時期及び回数

平成30年10月～31年3月

- ① 午前：10：00～11：30（金）または（火） 20回
- ② 午後：14：00～15：30（月）または（木） 20回



参加費

1回
500円

対象者

松山市内在住で、介護保険の認定を受けていない、60歳以上の運動に支障のない方

定員

50名
※初めての方を優先とし、応募者多数の場合は抽選



実施会場

松山市総合福祉センター



申込方法

往復はがき（1人1枚限り）に
郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・希望のコース
（①午前または②午後）をご記入の上、下記までお申込みください。
※締切：平成30年9月15日（土）必着

申込先 及び 問合せ先



〒790-0808 松山市若草町8番地2 松山市総合福祉センター内
松山市社会福祉協議会「松山健康づくり体操教室」担当
電話：089（921）2111 FAX：089（941）4408