

R6年度 若返り体操教室

4月より市内5か所で開催中

若返り体操とは…

『のんのこ節』のリズムに合わせて
ステップを踏んでいきます。



仲沖町公民館



山川町公民館

身体も頭も使って
おもしろい！



中里公民館

間違っても、みんなで
笑い合って楽しい！



有喜ふれあい会館



高来西ゆめ会館

満員の会場も
あります。
事前に
お問い合わせを！

【お問い合わせ先】
地域包括ケア推進課
☎22-1500
内線115・114)

詳細はこちら



諫早市高齢者
ささえあいネット

