

# 回 覧

領家自治会会員各位

2024年3月18日

領 家 自 治 会

## 領家サロンのお知らせ

森先生の「健康体操教室」を開催しております。

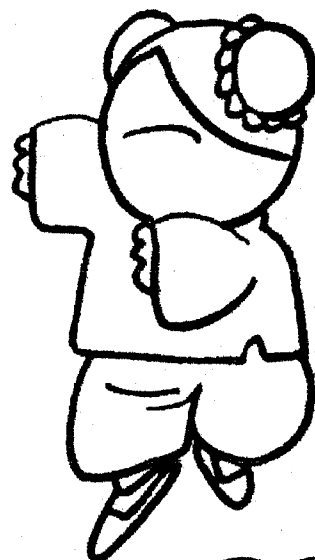
心地良い汗をかきませんか？

ストレッチ運動やタオル体操など楽しく身体を動かしています。

どうぞ皆様 お友達とお誘い合わせてご参加ください。

### 4月・5月 領家サロンのご案内

- と き 4月18日(木)  
5月16日(木)  
午前10時から11時30分
- ところ 領家クラブハウス2番館
- 内 容 「健康体操教室」  
講師 森 初美さん
- 持ち物 運動靴(上履き)、タオル
- 参加費 100円



仲間づくりを  
しませんか！  
直接会場に  
お越しください。

2024年度開催日 (8月はお休み)

4/18・5/16・6/20・7/18・9/19・10/17  
11/21・12/19・1/16・2/20・3/13

共 催 領家自治会・中川地区保健活動推進委員会  
世話人 萩原 紀子(3丁目)