



八沢木地区交流センター・健康の駅

3月13日(金)午前10時から1時間ほど



今回は第2金曜日となっておりますので、お間違いなく！！

健康の駅は、健康維持・増進を目的として椅子に座ったまま誰でも簡単に行えるもので、肩こり・腰痛・ひざ痛の予防と緩和に効果がある体操です。



申し込み不要、誰でも参加できますので、お気軽にお越しください

今年度も沢山の事業にご参加いただき、ありがとうございました。8年度も様々なイベントを開催いたしますので、皆様の参加をお待ちしております。

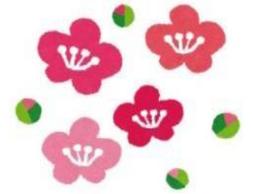


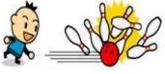
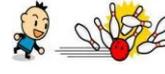
とんど焼き

環境整備



八沢木地区交流センター 行事カレンダー



月	火	水	木	金	土	日
						1
						
2	3	4	5	6	7	8
スマイルボウリング 	スマイル	刺し子	歌の会			
9	10	11	12	13	14	15
スマイルボウリング 	スマイル	刺し子	歌の会	健康の駅 10:00より 		
16	17	18	19	20	21	22
スマイルボウリング 	スマイル ・JA 座談会 ・白山地区会議	刺し子	歌の会	春分の日 		
23	24	25	26	27	28	29
スマイルボウリング 	スマイル ・運営協議会総会	刺し子	歌の会			
30	31					
スマイルボウリング 	スマイル					