



八沢木地区交流センター・健康の駅



3月15日(金曜日)午前10時から11時頃まで

現在、横手市内には80を超える健康の駅があります。こうした地域に密着した健康の駅で行われているのが【らくらく体操】です。無理なくできる体操ですので、ご自身の健康づくりにぜひ、お役立てください。

申し込みも不要です。

毎月第3金曜日に開催中！！



スマイルボウリング 交流会を開催しました

2月22日、スマイルボウリング交流会が開催され、沢山の方に参加していただきました。

グループに分かれストライク賞をめざしながら競い合い、交流を深める事が出来ました。

日ごろの練習の成果が出せたでしょうか？

次回開催もお楽しみに♪





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	9	10
スマイルボウリング 		刺し子 				
11	12	13	14	15	16	17
スマイルボウリング 		刺し子 	避難訓練 	健康の駅 10:00より 		
18	19	20	21	22	23	24
スマイルボウリング  JA 座談会	刺し子 	春分の日 				
25	26	27	28	29	30	31
スマイルボウリング 		刺し子 				