回　覧

第２回人生 100 年・楽しく元気な自分づくり勉強会
神谷小学校区地区社会福祉協議会共催

～　いきいき健康講座　～

今日がスタート
人生 90 年を生き抜くヒント!!

元気に毎日を過ごすための
ヒントを一緒に学びませんか
参加費は無料！
みなさんぜひご参加ください



日時：　11／4（水）

時間：　10：00～12：00

場所：　牛久市保健センター　研修室

講師：　野口信子氏（理学療法士）

＊参加希望の方は、10/21（水）までに電話でお申込みください。

【問合せ･申込み】
社会福祉法人　牛久市社会福祉協議会
牛久市中央 3-15-1 牛久市役所分庁舎1階
TEL　029-870-1001　　FAX　029-871-1296