



健康講座開催のご案内



1. 開催日時 6月8日(日) 10:00~11:30
2. 開催場所 鶴が丘コミュニティーセンター
3. 講演内容 1) 健康生きがいつづくり応援講座

(演題)「生涯現役 生き生き 楽しく」

2) 笑う門には福来る！！

(演題)「笑の運動と呼吸で元気に生活しましょう」