

若返り レクリエーション 歌と体操で介護予防

4月18日（木）10時15分～11時30分

会 場：井の頭コミュニティ・センター本館会議室

対 象：大人20人（先着順）

参加費：無料

講 師：船井 真知子さん（国立音楽院リトミック認定講師）

持ち物：飲み物

申込み：4月2日（火）10時から、井の頭コミセンのホームページまたはお電話でお申込みください。

申込はこちら

三鷹市井の頭地区住民協議会健康委員会
井の頭コミュニティ・センター

0422-44-7321

