

令和7年 若草足元気教室開催のご案内

主催 若草区地域福祉推進委員会

若草区では「高齢者の健康づくり・介護予防」を目的に、令和7年度は次表のとおり開催することになりました。

皆様のご参加をお待ちしています。

2025年10月～2026年3月まで

回数	開催日	血压測定	足元気教室
第1回	10月10日(金)	9:30～	10:00～
第2回	11月14日(金)	9:30～	10:00～
第3回	12月12日(金)	9:30～	10:00～
第4回	1月16日(金)	9:30～	10:00～
第5回	2月13日(金)	9:30～	10:00～
第6回	3月13日(金)	9:30～	10:00～

- * 対 象 者 区在住の65歳以上で6回出席できる方
- * 募 集 人 数 25名(受付順)
- * 場 所 若草公民館 集会室
- * 締 め 切 り 8月29日(金)
- * 申 込 先 若草公民館 ☎ 596-0065(9時から16時迄)
日月祝日は休み
- * 会 費 無料
- * 担 当 若草区福祉推進委員会