

プリエールかふえ

3月の活動予定



毎週木曜日 9時30分～11時30分に開催!!

場 所：プリエール花ヶ島の杜

宮崎市花ヶ島町柳ノ丸508-1 (旧10号線沿い)

最寄りのバス停より徒歩5分
北花ヶ島 又は 花ヶ島団地入口

「タオル」「飲み物」をご準備のうえ、「運動できる服装」でお越しください

3/7 木

・健幸運動教室



3/14 木

※ 講座の開催はありません

・健幸運動 (DVD)



3/21 木

・健幸運動教室



3/28 木

講師

・ 手作り工作
季節の飾り物作り

宮崎市役所
地域包括ケア推進課 様



・ 健幸運動 (DVD)



【 お問い合わせ先 】

プリエール宮崎 花ヶ島の杜
TEL: 0120-930-170

【 協力機関 】

- ・ 大宮地区地域包括支援センター
- ・ 宮崎市役所地域包括ケア推進課