

<体操教室（三島・函南）受講内容>

参加をご希望される方は下記をご確認いただきお問い合わせください♪

日 程	内 容	詳 細
1月22日	講話「認知症予防の体操」、運動実践	認知症予防
2月26日	最終身体機能評価、運動実践	身体機能の評価、効果検証
3月11日	体操教室総評、運動実践	運動効果の確認

◇参加対象者：三島市・函南地区に在住の女性部員

※女性部未加入の場合はこの機会にご加入ください。

◇会 場：J A ふじ伊豆三島函南地区本部 3階大会議室

◇持 ち 物：タオル・飲み物・動きやすい服装・くつ（外履き）

◇参 加 費：無 料

◇お問い合わせ先：三島函南営農経済センター 地区営農販売課（☎055-971-8208）

