



中野区町会・自治会の皆さまへ

第4回

中野区友愛クラブ連合会

2023年【第58期】「シニア大学」へのお誘い

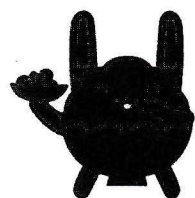
目指そう！健康でいきいき人生を

～クイズや体操をしながら、楽しく元気アップ～

10月4日

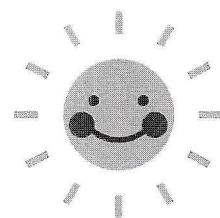
13時15分開場
14時00分開演

なかのZERO大ホール



「シニア大学」第4回は、
北部すこやか福祉センター・スペシャルプロジェクトの
皆さんの企画により、

人生100歳時代に向き合うための、
健康講座を頭や体を働かし
楽しみながら行っていただきます。



引き続き、ご参加いただきますようご案内申し上げます。

講師：北部すこやか福祉センター・スペシャルプロジェクト



★ 脳もいきいき、元気に生活！

★ 口から始める素敵な笑顔

★ いろいろ食べて健康に

♥ 保健師

♥ 歯科衛生士

♥ 栄養士

<お問合せは...>

中野区友愛クラブ 連合会	シニア大学学長	松本 克二	☎	3381-7907
中野区友愛クラブ 連合会	文化部統括部長	岩附 浩子	☎	3381-0996
中野区	地域活動推進課	高橋 舞	☎	3228-5571

※この事業は、中野区社会福祉協議会「歳末助けあい運動」の配分金を受けて実施しています。