

ごてん 公園体操

人と人とのつながいを大切に。

健康づくりのためのちょっとしたお話や予防体操・脳トシを行います。

【日時】毎月第1・3金曜日 9:30~10:00

【場所】立堀親水公園(平塚市御殿4-17-4)

【参加費】無料

【申し込み】事前の申し込みをお願いしております。

お申し込みの際は、下記へご連絡ください。

【持ち物】水分補給のため、飲み物を持参のうえ、

動きやすい服装で、**マスク着用**しご参加ください。

【その他】☆お申込みの際に、健康管理表をお渡しさせていただきます。

提出不要ですが、**参加2週間前までに発熱等体調に**

異常があった場合は、参加をお控えください。

☆**雨天時は中止**となります。中止の連絡はいたしません。

各自の判断でお願いします。

皆さまの健康と安全確保のための対策となりますので、

ご理解とご協力、よろしくお願いいたします。

【お申込み・お問い合わせ】

平塚市高齢者よろず相談センター ごてん

電話:0463-31-6957

