

笑って歩いて健康長寿 ～ノルディック・ウォーク体験～

《と き》12月10日（木）午後1時～3時

《場 所》城東区老人福祉センター 大広間

《講 師》全日本ノルディック・ウォーク連盟公認講師
池川 成子 さん

《費 用》無料 《定 員》20名（先着）

《対 象》利用証をお持ちの方

《受 付》11月20日（金）午前10時より
ご本人様が来館にて受付

