

ものづくりや脳トレにもチャレンジ！

運動は苦手だけど…楽しいことならやってみたい方、大歓迎！

# 健康教室



開催スケジュール

いずれも木曜開催

10時から11時半まで

●令和6年

5月16日 5月23日

6月13日 6月20日

7月4日

11月21日 11月28日

12月 5日

○会場 県民福祉プラザ  
(青森市中央3丁目20-30)

○定員 各回15名

○受講料 500円(1回につき)

※当日頂きます

○準備するもの タオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください



お問い合わせ・申し込み 電話:017-777-9191

FAX:017-777-0013

県民福祉プラザ管理室 まで (来館・電話申込は 9時から17時まで)