

# みなとげんき広場

(ロコモにならない身体を目指して)

リズムに合わせて簡単な体操を  
みんなと一緒に♪

日時: 10月7日(月) 10時~11時

会場: 伏見港公園体育館(当日受付)

参加費: 無料

スリムサポートかなえ隊が実演します



上履きを持参してください

50歳以上の運動  
制限のない方なら  
どなたでも  
参加できます

スリムサポートかなえ隊って?

伏見保健センターの「京都市健康づくり  
サポート養成講座」を修了した人たちが  
結成されたボランティア団体さんです。

伏見港公園管理事務所

電話: 075-611-7081