

第2回
健康教室

廿日市市市民活動センターで開催!

e-スポーツで フレイル対策!

楽しく体を動かし、頭も使う e-スポーツ!
ゲームを通じて、フレイル(心身の虚弱)を予防し、
健康でいきいきとした毎日を目指しましょう!



日時

9月18日(金)
13時30分~15時



場所

廿日市市市民活動センター
2階 第1研修室



講師

プリメイド・ラボ
大窪 竹虎 様

参加費
無料

どなたでもご参加いただけます!

申込・問合せ

廿日市市市民活動センター

Tel. 0829-32-3741

e-mail info@hatnet.jp

