

回覧 10月 赤坂サロン

福祉委員 民生委員 赤坂サロンボランティア



ゆったり ヨガ

自分のできること、自分のペースで行います。
どうぞお気軽に参加して下さい！

- ・日時 10月19日(金) 10:00~
- ・持ち物 飲み水 フェイスタオル(ヨガ用)
- ・講師 増田宏実さん
- ・場所 赤坂公会堂



11月赤坂サロン

- ・講演会 「加齢に伴う目の疾患」
- ・日時 11/23(金) 9:30~
- ・講師 小野眼科クリニック院長先生
- ・場所 赤坂公会堂

