

# つるのはら爽健倶楽部

【毎週火曜・10:30～・館内1F交流スペースにて】

～いつまでも住み慣れた自宅、地域で生活していく為に～

・体操の前の健康チェック



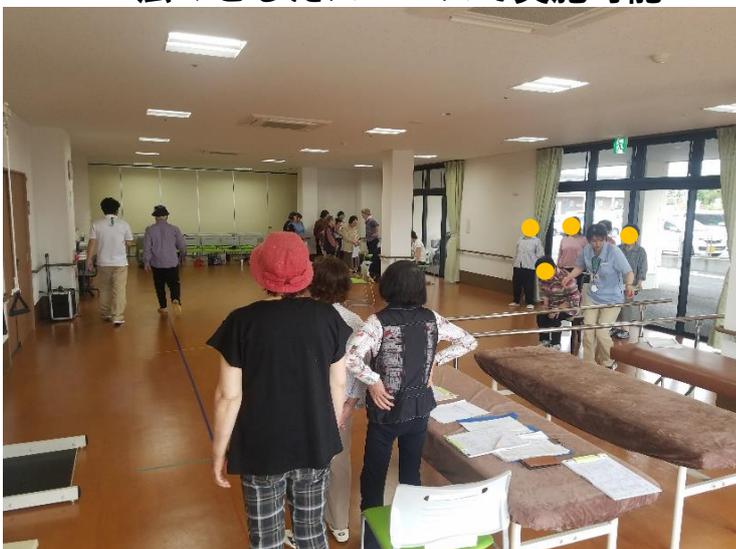
・500円パワーランチ(予約制)



・半年毎の体力測定



・広々としたスペースで実施可能



・立ち上げ支援開始R1.9～



・平均10名～15名程の参加者

