

令和7年度(2025年度)

参加費 無料!

尼崎市健康増進すみれ会立花支部と一緒に



ニコニコ健康体操

仲間と一緒に、にこにこ楽しく体操しましょう!
身体を動かすと、にこにこ笑顔があふれる一日に。

お申し込みの上、ぜひご参加ください。

日程 第2、第4金曜日のどちらかを選択してお申し込みください。(8月はお休みです)

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
第2金	11日	9日	13日	11日	12日	10日	14日	12日	9日	13日	13日
第4金	25日	23日	27日	25日	26日	24日	28日	26日	23日	27日	お休み

時間 午前10時～ (1時間程度)

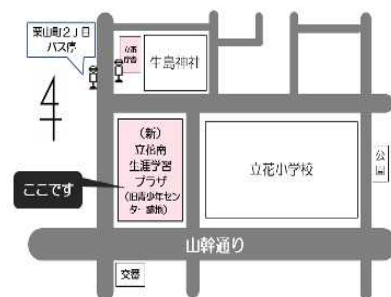
持ち物

- ・汗拭きタオル
- ・手ぬぐい(タオル体操で使用します)
- ・お茶・お水など
- ・ズボンなど動きやすい服装
- ・バスタオル(下に敷いて使用します)

場所

立花南
生涯学習プラザ
2F和室

<住所>
尼崎市栗山町
2丁目25-28



*参加者・従事者の体調確認等、感染予防に配慮して講座を開催します。

当面の間、マスク着用や検温、手指消毒にご協力ください。

同居者を含め、以下の場合、参加を見合わせてください。

- ・発熱(37.5℃以上)、咳、嘔吐、下痢等の症状がある
- ・新型コロナ感染症患者の接触者として観察期間中

お申込み・お問い合わせ

<電話> 北部保健福祉センター 北部地域保健課 06-4950-0637

※受付時間 [平日] 午前9:00~午後5:00 FAX 06-6428-5110

