

上大岡地区 町ぐるみ健康づくり教室

会場	ヘリオスタワー 31階（住所：上大岡西1丁目）	
開催日・時間	第1・第3金曜日 午前10:00～11:30	
運営主体	－	<活動風景>   
内容	ストレッチ 筋力トレーニング 等 第3金曜日はリズム体操も加わります	
会費	1回300円	
新規参加者 受け入れ状況	受け入れ可能 長く続けることができる方を募集中！ 見学も可能です。	
参加方法	港南区役所へ連絡	
連絡先	港南区役所 福祉保健課 健康づくり係 ☎045-847-8436	
アピールポイント	和やかな教室です 眺めが良いです	

※令和7年4月1日時点