

ひざり地区 シニア健康教室

会場	西洗自治会館（住所：港南区日限山4丁目10-2）	
開催日・時間	第1木曜日 午後13：30～15：30	
運営主体	ひざり地区 保健活動推進員	<p><活動風景></p>   
内容	ラジオ体操 骨盤体操 太極拳 等	
会費	1回100円	
新規参加者 受け入れ状況	受け入れ可能	
参加方法	自由参加	
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	講師に身体の仕組みや体操の大切さを 学びながら楽しく活動しています！ 教室の最後に茶話会もあります。	

※令和7年4月1日時点