

未来へつなぐ

ウェルネスプログラム

- 場所 米沢市すこやかセンター
- 申込先 23-7539 (株)井上自動車
- 申込開始日 R7年11月7日(金) 10時から
- 教室時間 10:30~12:00

日 程	内 容	部屋名と持物
11/28(金)	笑顔を呼ぶアロマテラピー体験	1F 第一会議室 材料費 200円
12/19(金)	オリジナルなお正月花作り (リラックス体操)	1F 第一会議室 花バサミ 材料費 500円
R8年 1/23(金)	未来へつなぐエクササイズ特集	1F 体力測定室 運動します
2/27(金)	健康食習慣と郷土料理レシピ	1F 第一会議室
3/13(金)	元気未来計画とプレゼント花	1F 第一会議室 花バサミ 材料費 500円

※毎回、筆記用具をご持参ください。

※必要に応じ毎回飲物をご持参ください。

運動の日は必ず飲物をご持参ください。

当日のご欠席は、体調不良以外の場合は材料費のみ頂戴する時がございます。

(株)井上自動車 米沢市花沢町2834-1

TEL 0238-23-7539 <https://inouejidousha.com>