

参加費  
無料

# よかトレ



## 参加してみませんか！！

福岡市がすすめる健康づくりのための体操（よかトレ）の映像を流して体操を地域に開放しております。

みなさまのご参加お待ちしております！

場 所：特別養護老人ホーム 市崎の杜  
（南区市崎1-15-11）

日 時：第2・4水曜日 13:30～14:00

※R6年12月から時間を変更しました。

その他：動きやすい格好でお越しく下さい。

※館内はマスク着用のご協力をお願いします。

※施設内駐車場はご利用いただけません。

市崎の杜は、西高宮校区の  
「よかトレ実践ステーション」に認定されています！

よかトレの  
参加希望・お問合せは  
お電話で！

☎092-521-1250

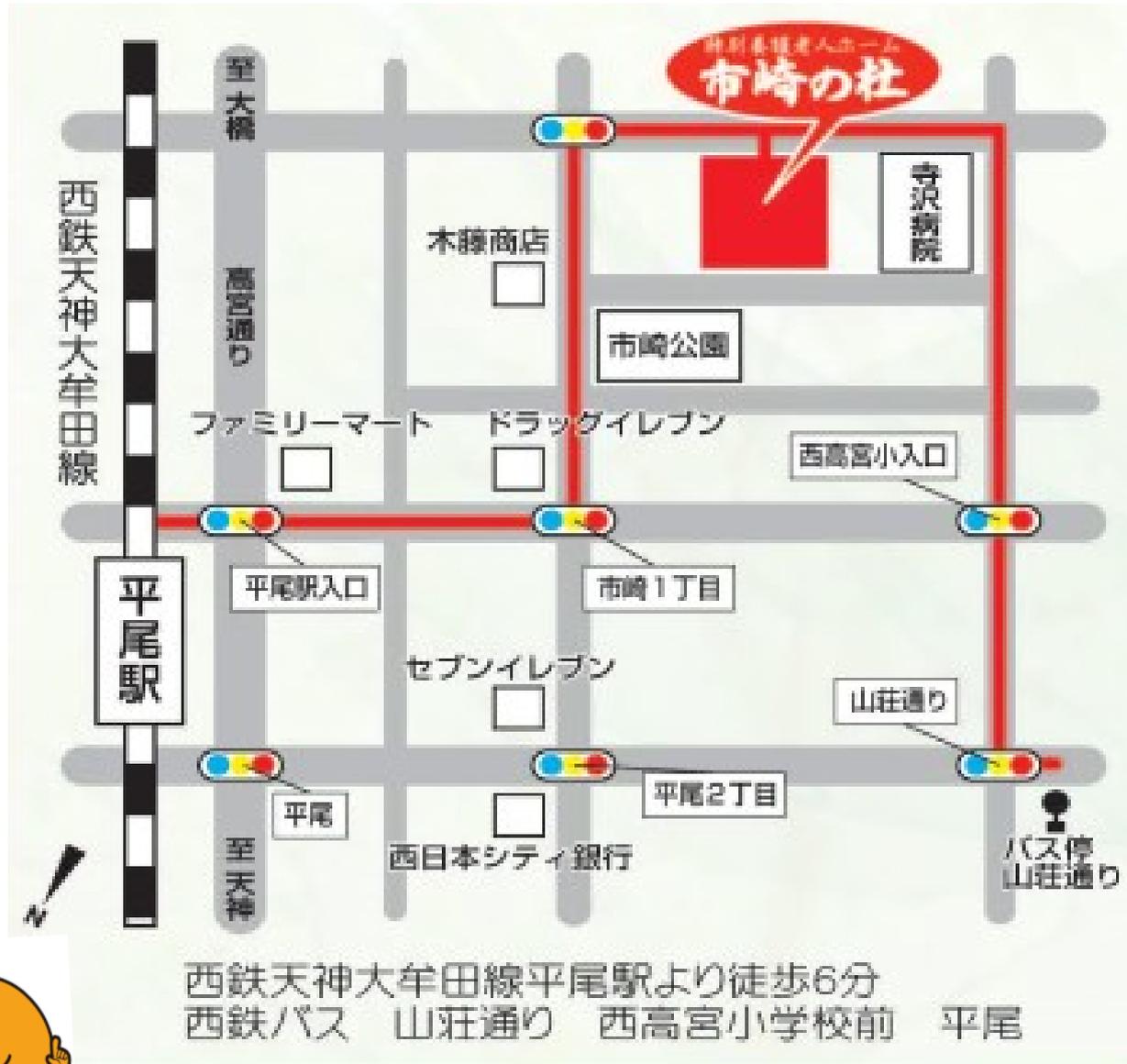
（特別養護老人ホーム 市崎の杜）

☎092-559-5133

または 南区保健福祉センター地域保健福祉課 まで！



# 【特別養護老人ホーム 市崎の杜】



動きやすい格好でお越しください！

**会場**

**特別養護老人ホーム 市崎の杜**  
**1階 地域交流スペース**

**福岡市南区市崎 1-15-11**

**tel.092-521-1250**

**※施設内駐車場はご利用いただけません**

◎西鉄大牟田線「平尾駅」より徒歩6分

◎西鉄バス「山荘通り」「西高宮小学校前」「平尾」