

参加費
無料

よかトレ



参加してみませんか！！

第2・4水曜日 13:00～13:30

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）

日 時：第2・4水曜日 13:00～13:30

その他：動きやすい格好でお越しくください。

※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

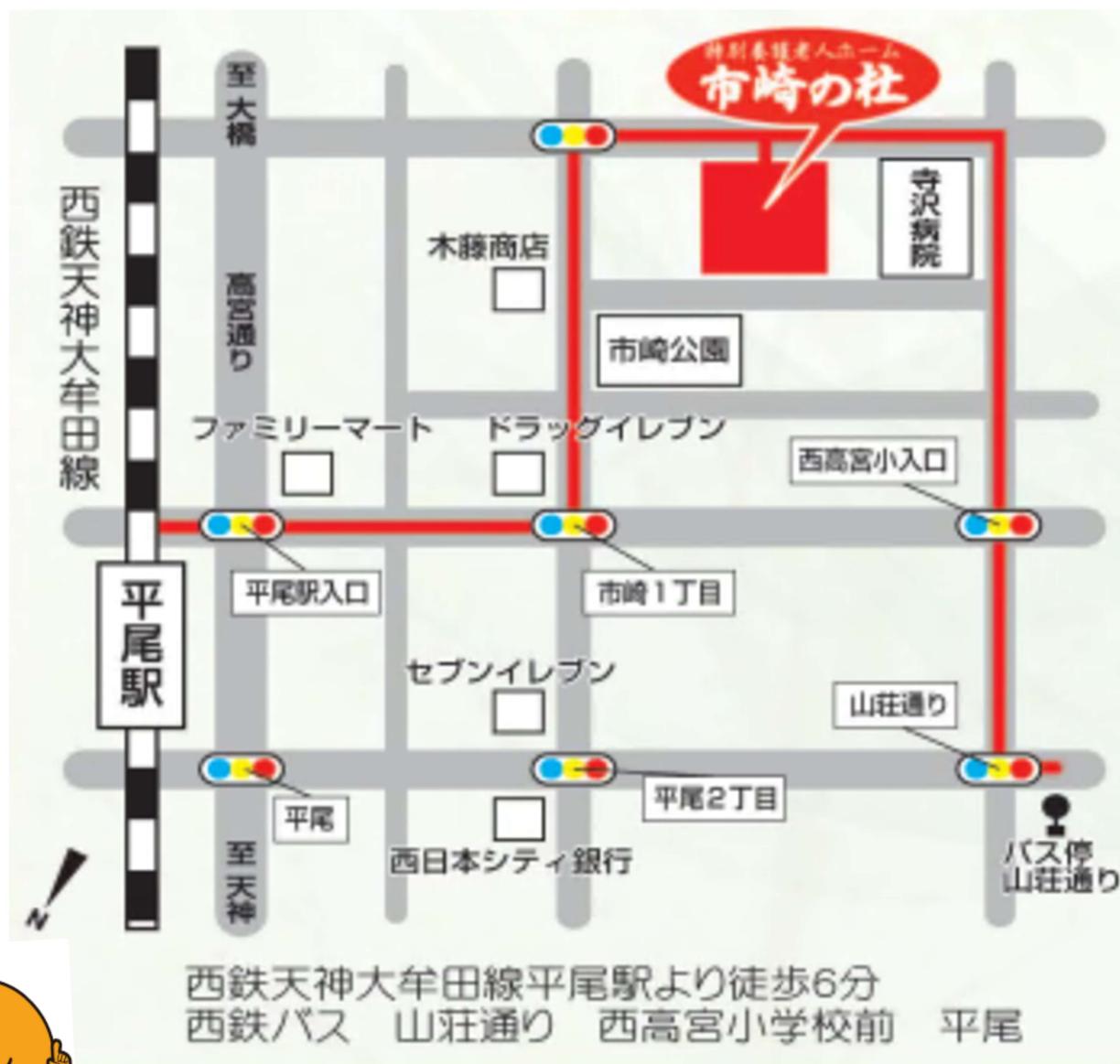
（特別養護老人ホーム 市崎の杜）

☎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」