

羽根木公園を散策してから

体力測定をしよう

参加
無料

自分の体力を知って、元気に過ごそう！



羽根木公園からあんしんすこやかセンターまでウォーキング後、理学療法士による体力測定を行います。

2025年

11月18日 火

10:00～11:30

集合場所 羽根木公園 花壇付近
(地図をご確認ください)
※雨天の場合
新代田まちづくりセンター 活動フロア-
(羽根木1-6-14)

対象 どなたでも参加可能
定員 15名
要申込/先着順

講師 ソフィアメディ訪問看護ステーション代田
理学療法士 武野 翔 氏

服装・持ち物

- ・ 動きやすい服装
- ・ 飲み物・タオル



申込
方法

10月21日(火)募集開始

新代田あんしんすこやかセンターへ
電話にてお申込みください

申し
込み

新代田あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）

☎ 03-5355-3402

【開設時間】 8:30～17:00 月曜日～土曜日（日曜・祝日・12/29～1/3は除く）

