

# ストレッチ & リンパマッサージ 2

冬に向けて  
からだをほぐそう

日程：9/27、10/11・25、11/8・22  
火曜日(全5回)

時間：15:30~16:30

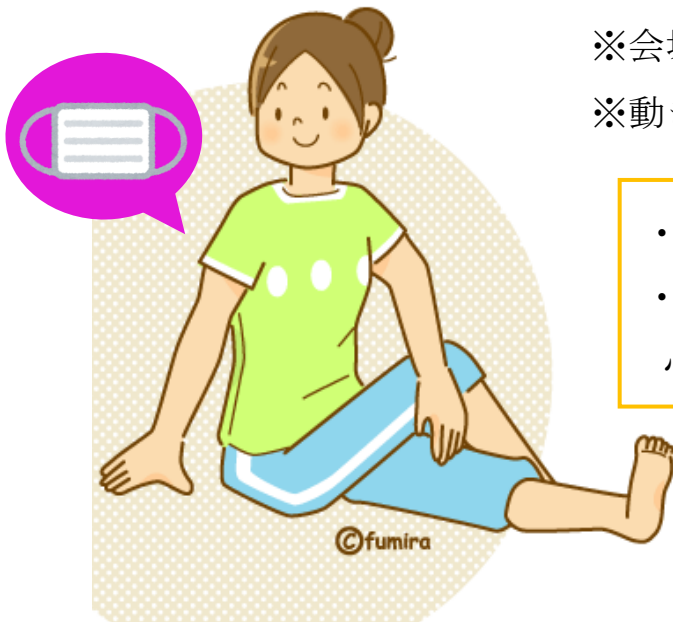
対象：成人 15名

参加費：1,500円(5回分) お釣のないようご用意ください。  
お支払いは講座初日(9月27日)

申込開始：9月6日(火)10:00~電話☎

※会場：レクリエーションホール

※動きやすい服装・飲み物持参・シューズ不要



- ・マスク着用をお願いします。
- ・ヨガマットは消毒してありますが、心配な方はご持参ください。

鶴見中央コミュニティハウス  
☎045-511-5088

日頃から、顔の見えるつながりを！  
自治会町内会に加入しましょう

鶴見区自治連合会



加入のお問い合わせ先  
鶴見区自治連合会事務局  
☎045-510-1687  
鶴見区役所地域振興課内



自治連 HP

編集 鶴見中央コミュニティハウス (045-511-5088)  
指定管理者 NPO 法人鶴見区民地域活動協会

みんなとつながるまちづくり  
NPO法人  
鶴見区民地域活動協会