

## 12月シルバー教室



「リンパ体操で  
明るく 楽しく 元気よく」

講師： 渡邊 桂子 様  
(リンパセラピスト)

日時： 12月8日(木)13:30～15:00

場所： 牟礼公民館 大会議室

\* マスク着用でお願いします

牟礼公民館 ☎ 38-0533