

火曜！ストロング！！

4

退任された民生委員さんを中心に、筋力アップのために、ダンベルトレーニングを始めました。トレーニングは「遠刈田ダンベルサークル」のみなさんにご指導をいただいています。

30分の活動ですが、“いつまでも好きなことを続けられるように！”をモットーに、暑さ・寒さにも負けず、一生懸命トレーニングに励んでいます。



活動日：毎週火曜日 ※多少の雨や雪でも行います
時間：午前9時～9時30分
場所：蔵王町社会福祉協議会 人工芝コート
対象：町内にお住まいの方。男女問わず、どなたでも結構です。
自由にご参加ください。

駐車場：蔵王町社会福祉協議会駐車場をご利用ください。

問い合わせ：☎ 33-2940（蔵王町社会福祉協議会 地域福祉係）

