

すっきりストレッチ
+α 薬局コラボ
栄養士さんに教えてもらおう

令和8年度
第1回

区民・産業プラザ
(ココネリ3階 研修室2)



★日にち★

6月3日(水)

★時間★

午後3:00~3:30



講師 フラワー薬局(練馬区豊玉北)

内容 水分の上手な摂り方(熱中症対策)

参加費 無料

※体操後に行います そのままご参加下さい



練馬区役所地域包括支援センター 03-5946-2544