

オレンジカフェ 日々是好日(ひびこれこうじつ)

..今、このときが大切..

●日時： 11月 8日(土) 午後1時～5時

●場所： 名嘉村クリニック HSRビル 3階 Pあり

手ぶらでOK
先着40名用意

浦添市伊祖3-8-15 ☎ 098-870-6600 (森屋)

●内容：

『書道体験!』～ 茅原書藝會 師範 下地 彩舟



『栄養講座』◎糖化と老化～ 食べ方で老化を防ごう～

管理栄養士 安里 律子

『認知フレイル予防運動』 スクエアステップ

健康運動指導士 及川 恵

