



令和元年  
6月18日(火)

おおよこ毎日体操  
体力測定会

場所：大横保健福祉センター1階

お問い合わせは… 八王子市高齢者あんしん相談センター大横  
(☎ 042-634-8666) まで

大横保健福祉センターでは、健康づくりのために月～金曜（祝日を除く）の午前9：30～9：45に「おおよこ毎日体操」を開催しています。

———  
6月18日(火)  
午前9:30-10:30  
には体操のほか、握力・長坐位体前屈などの体力測定会も行います。申し込みは不要です。皆様の参加をお待ちしています。

主催：

★八王子市  
大横保健福祉センター

★八王子市  
高齢者あんしん相談  
センター大横