

対象

65歳以上の
の市民

「市場」のように多彩な
“健康と生活”の情報をお届けします

あつ

集マルシェ

会場 竹駒神社参集殿
(岩沼市稲荷町1-1)

予約不要
参加費無料



バスに乗ってみよう！
市民バスなら9月は100円
（「竹駒神社前」から徒歩5分）

バス（市民バス、A I乗合バス、
デマンドタクシー含む）で
お越しの方には粗品プレゼント

日時

9月29日（火）
10時～11時30分

※タイムサービスごとに席が無くなり次第、受付を終了します



10時～10時30分

【こちよい軽運動】

ゆっくり動いて 脳はシャキッ！
スローエアロビック

講師：宮城県エアロビック連盟
引地 博美さん



10時45分～11時15分

【お役立ちミニ講座】

30分で学ぶ 自転車安全講習
～事故を「起こさない」
事故に「巻き込まれない」ために～

講師：あいおいニッセイ
同和損保(株)

ご希望の時間帯のみの参加も可能です

【お問い合わせ】 岩沼市健康福祉部介護福祉課 0223-24-3016