

## 納所地区 ※令和3年7月1日現在

### 納所老人クラブ



火・金 9:00～ 納所農漁民センター

★百歳体操

★フレイル・骨折予防の運動等

百歳体操の他、フレイル・骨折予防の運動等にも取り組んでいます。