

# 三国が丘2区 ニコニコ健康体操



毎週月曜日  
10時～11時半  
三国が丘公民館で  
活動しています



ストレッチ・マット運動  
などさまざまな運動を  
行っています！  
年に1回バス研修も  
行っています☆

