

塚崎区住民へ

世帯配布

令和7年1月吉日

塚崎区長 牧野好延

# 食べて元気に 楽しく長生き！

知って得する健康講座

令和7年2月15日(土)

10:00～11:30

場所：塚崎区民館

講師：沼南地域包括支援センター

- ・筆記具用意願います。体操服等は必要ありません。
- ・参加者には、キッチンラップを進呈。

柏市は本年4月よりアプリ導入で18歳以上フレイルポイント付与！

年齢問わず、お気軽に楽しい参加を

