

令和7年度 第1回

暮らしに役立つ図書館講座

日時：6月18日(水)

10:30～11:30

場所：萩図書館2階

定員：20人

*要事前申込

申込受付開始：5月18日

ご当地体操で元気になるっちゃ！
～フレイル予防～

からだの衰えをチェックして一緒に健康長寿
かんたんフレイル予防体操を体験してみませんか！

講師として萩市地域包括支援センター
作業療法士をお招きします。

当日は動きやすい服装でおこしくください。



萩図書館 

萩市大字江向 552 番地 2 TEL0838-25-6355 URL<http://hagilib.city.hagi.lg.jp/>

開館時間午前9時～午後9時

主催 萩図書館/NPO萩みんなの図書館

