

かるがも館で **元気チェック!**

**毎月第3月曜日**

**11:00~12:00 調理室にて**

**概ね60歳以上 ※無料、自由参加  
血圧・握力・本日の測定!!**

**調べたあとは…お茶とお菓子を  
食べながら楽しくお話ししませんか?**

和田・東寺方コミュニティセンター運営協議会

☎042-372-7575