



いっしょに体操しませんか？
体操指導士募集中！



PHOTO | 始めませんか？シルバーリハビリ体操

体操仲間と楽しく体を動かしています

- TOPICS P2-3 始めませんか？シルバーリハビリ体操
P4 7月25日初登庁 宮嶋市政スタート
P6-7 防災意識を高めましょう
P8-12 お知らせと情報
P18-19 まちのわだい