

秩父 市議会だより

第13号

発行
秩父市議会
編集
市議会だより編集委員会
秩父市議会事務局
☎ (25) 5224
FAX (24) 2594
URL <http://www.city.chichibu.lg.jp>



《大田公民館》らくらくウォーキング教室風景

歩くことは、ほかの運動に比べて腰やひざへの負担も軽いので、運動不足気味の人でも簡単に続けられます。らくらくウォーキング教室では、健康管理につながる正しい歩き方を学んでいます。

（大田公民館では、主催講座4講座が開講し、9団体のクラブが活動しています。秋には新しい講座も始まります。お気軽にご参加ください。）