

よりあいどころ名称	夢の一步塾
開催場所	長浜市室町 28 番地
開催曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 第一、第三月曜日</li> <li>・ 第二、第四水曜日</li> <li>・ 第一、第三、(第五)木曜日</li> <li>・ 第二、第四木曜日</li> </ul> いずれも祝日休み
開催時間	午後 1 時 30 分から午後 2 時 30 分（午後 1 時オープン）
活動内容	機能訓練指導員の資格を持つ柔道整復師による姿勢改善、筋力低下予防、認知症予防、転倒予防の体操教室を行います。
活動 P R メッセージ	姿勢改善や痛みに対して、より専門的で誰でも参加いただける内容となっております。運動は 1 人ではなかなかできません。みんなで楽しく体と脳を鍛えましょう。
お問合せ 電話番号	0749-63-3515
電話受付時間帯	午前 9 時から 12 時、 午後 3 時から午後 7 時（土曜日は午後 5 時まで）
担当者名	柴田 善康

