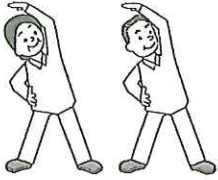
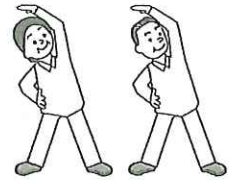


## 2024年度

## 「美しが丘南健康教室」



## 参加者募集



美しが丘南健康教室を5月より開講します。いきいきと元気に明るく健康の維持・向上を目指し、健康寿命を延ばそう！

「笑顔で元気に楽しく ちょきん（貯筋）を！」を目的に美しが丘南公民館主催の『健康教室』を開催いたします。みなさんお誘い合わせのうえ、奮ってご参加ください。

- 開催日 令和6年5月～令和7年3月（10回）  
毎月第2水曜日（月1回）
- 時 間 10時～11時15分
- 会 場 美しが丘南公民館ホール
- 講 師 健康づくり運動サポーターのみなさん
- 参加費 無料
- 募集人数 20名程度（毎回参加できる人優先）
- 申込み切 4月19日（金）公民館までご連絡ください。

※運動のできる服装・室内用靴でご参加ください。

※お茶・タオル等は各自で準備願います。

（都合により変更になることもあります）

**5月8日（開講式）**・6月12日・7月10日・9月11日

・10月9日・11月13日・12月11日・1月8日・2月12日・  
3月12日（閉講式）

## ■申し込み先・お問い合わせ

美しが丘南公民館 TEL：092-927-0885

FAX：092-927-1020

\*事務室受付時間 平日9：30～12：00／13：30～16：00

土日祝は休館です。

老後に備えて  
ちょきん（貯筋）  
しましょう！