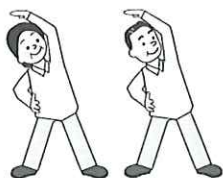


随時募集!

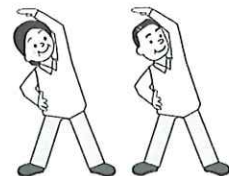
令和5年3月24日

2023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5年5月~令和6年3月(11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)

※運動のできる服装・室内用靴でご参加ください。

※**マスク着用**・お茶・タオル等は各自で準備願います。

(3密を避けて実施します)

(都合により変更になることもあります)

5月10日(開講式)・6月14日・7月12日・8月9日・
9月13日・10月11日・11月8日・12月13日・1月10日・
2月14日・3月13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!

