

健康講座

～音楽ストレッチ～

椅子に座って、音楽に合わせて、楽しく歌ってからだを動かしましょう！

開催日：令和8年6月17日（水）

時間：13：30～15：00

講師：長寿の郷ロクハ荘 榎本 一三 さん

場所：南笠東まちづくりセンター 2階 大ホール

参加費：無料

持ち物：飲み物、タオル

申込：下記の申込用紙を窓口に提出いただくか
電話、FAXでも申し込みできます。

締切：6月5日（金）



※6月・7月生まれの方のお誕生会も開催します。

対象の方はぜひお越しください。

問合せ・申し込み先：南笠東まちづくりセンター

電話：077-561-8469 FAX：077-514-8018

切り取り線

令和8年度 やすらぎ学級 第2回「健康講座」参加確認書 締切：6月5日（金）

町内会 _____

氏名 _____

出席します 欠席します

※欠席される場合も、確認のため必ずこの用紙をお出してください。