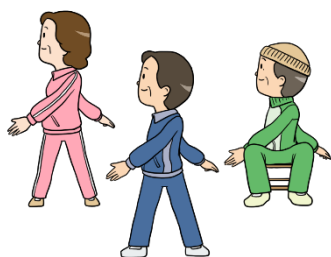


いきいき 健康体操



『いきいき健康体操』では、認知症予防と介護予防を意識したエクササイズを楽しく行います。
年間を通して、健康で生き生きとした日々を送るために始めてみませんか。

開催予定

2023年

4月19日

5月17日

6月21日

7月19日

9月20日

11月15日

12月20日

2024年

1月17日

2月21日

3月13日

- 〈日時〉 第3水曜日
(3月のみ第2週。8月、10月を除く)
午前10時～11時(健康体操) 4, 6, 9, 12, 2月
午前10時～11時30分(介護予防)
5, 7, 11, 1, 3月
(全10回を予定)
- 〈場所〉 辻堂公民館ホール
- 〈対象〉 辻堂地区在住65歳以上の方
- 〈定員〉 30人
- 〈参加費〉 無料
- 〈申し込み〉 往復ハガキで3月22日(水)必着
抽選後結果を返送します。
※往復はがきの書き方は裏面を参照

※お問合せは 辻堂公民館 ☎0466-34-9151

※車での来館はご遠慮ください。

※来館前に検温し、37.5度以上の発熱または風邪の症状がある場合はご参加できません。また必ずマスクを着用願います。

※この事業は新型コロナウイルス感染対策をとった上で行います。感染状況によっては中止になる場合があります。



裏もご覧ください。

《いきいき健康体操 お申込み往復ハガキ記入方法》

63 円	□□□-□□□□	講座名 いきいき健康体操
返信	住所	郵便番号・住所
氏名		氏名・ふりがな
		電話番号
		年齢



63 円	251-0046	※ この面は 記入しないで 投函してください
往信	いきいき健康体操 係	
	藤沢市辻堂西海岸2の1の 辻堂公民館 17	



※3月22日(水)必着(郵便配達に大変時間がかかることがあります。
早めの投函をおすすめします。)

お願い

えんぴつ、消せるボールペンで記入しないでください。