シルバー生きがい教室

太極拳教室

講師：鷹田 久美子 氏

気功をつかった簡単な体操で身体のバランスを整えて、
寒い冬を乗り越えましょう！

教室開催日程（金曜日・全8回）

12月	4日、11日、18日、25日
1月	8日、15日、22日、29日



とき 14時30分～（1時間程度）

ところ 入善町老人福祉センター

対象者 おおむね60歳以上の方

参加費 無料（1回のみ参加でもOK！）

持ち物 飲み物、タオル等必要な方

参加方法 毎年度、事前登録（1回のみ）が必要です。
右記の二次元コード（LINE）から登録、
または保険福祉課へご連絡ください。

締め切り 参加日の前日14時まで

お問い合わせ 入善町保険福祉課 高齢福祉係 ☎72－1845（直通）