

神久呂協働センターだより

市委託
中央区西第1号⑦

令和6年9月5日号

神久呂協働センター 浜松市中央区神原町 922 番地 TEL485-5001



地域文化セミナー

介護予防体操

日時

10月 9・16日 (水)

13:30 ~ 15:30

先生の楽しいおしゃべりと懐かしい音楽で、身体を動かそう！
介護予防体操で、介護のいらぬ元気な生活を送りましょう！



- ✿ 場所 神久呂協働センター 2階 ホール
- ✿ 講師 山口 圭子 先生
- ✿ 定員 15名
- ✿ 費用 無料
- ✿ 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル
水分補給用飲料、運動ができる服装と靴



★申込方法★

【申込期間】 9月12日 (木) 9:00 ~ 9月17日 (火) 17:00

【申込方法】 ①②どちらかの方法でお申込みください。

① 神久呂協働センター窓口またはお電話 《☎485-5001》 9:00~17:00
(日曜・祝日を除く)

② インターネットから
右記のコードを読み取り、必要事項を入力 ⇒
期間中24時間OK



※先着順ではありません。(応募者多数の場合は抽選)

※当選者の方のみ、9月20日 (金) までに電話またはメールにてお知らせします。

講座の様子を撮影し、センターだより等に使用させていただく場合があります。