

足指ストレッチ講座

参加者募集



～いつまでも自分の足で歩ける体づくり～



【日 時】 2月2日・2月16日（全2回 金曜日）

午前10時～11時30分

【場 所】 ふれあい交流センターいたや

【講 師】 福見 有紀子先生

【対 象】 市内在住の60歳以上の方

【定 員】 20人（先着順）

※定員になり次第締め切りさせていただきます。

【参 加 費】 無料

【持 ち 物】 フェイスタオル、水分補給用の飲み物、動きやすい服装

【申込期間】 12月15日（金）～1月7日（日）

【申込方法】 電話かFAXまたは直接窓口でお申込みください。

※FAXの場合は講座名、氏名、年齢、住所、電話番号をご記入のうえ送信してください。

※施設内には駐車場がありません。公共交通機関などをご利用ください。

〈 お問い合わせ先 〉 浜松市ふれあい交流センターいたや

〒430-0928 浜松市中区板屋町 596

TEL: 053-413-5570 / FAX: 053-413-5877