ふれあい交流センター青龍（「いきいきプラザ天竜川」１階）

令和９年１月２月開催
シニア対象

健康レクリエーション 講座 参加者募集のご案内

浜松市中央区青屋町 300 番地　電話 422-2161　FAX 422-2239

シニア対象の「健康レクリエーション講座」の参加者を募集します。

シニアの 健康レクリエーション



みんなで楽しく

【日　時】　１月７日・２１日、２月４日（全３回）　いずれも木曜日
　　午前１０時００分～１１時３０分
【定　員】　２０人　　※ 先着順
【会　場】　ふれあい交流センター 青龍　機能回復訓練室
【対　象】　市内在住の６０歳以上の方
【参加費】　無料
【講　師】　和久田 一夫 先生
【持ち物】　汗拭きタオル、水分補給用飲み物、運動ができる上靴
【申し込み期間】１１月１７日(火)～12 月 22 日(火)
【申し込み方法】　E-mail《csw-seiryu@major.ocn.ne.jp》、電話【４２２－２１６１】
　　又は直接窓口でお申込みください。

～健康レクリエーションとは～
認知機能の維持や充実した生活を送るために、脳や手先などを使ったレクリエーション

窓口受付用申し込み用紙　　切り取り

シニア 健康レクリエーション講座　　定員数:２０人　募集期間：11 月 17 日(火)～12 月 22 日(火)
※先着順

氏 名	年 代 ・男 女 ○で囲ってください		町名	電話番号（連絡先）
フリガナ	６０歳代・７０歳代 ８０歳代以上	男 女		