



# 若竹いきいき倶楽部

生涯学習市民講座

概ね、65歳以上の方 どなたでもOK！

<目的>いつまでも、自分らしく健康な生活を送るための講座

## 「楽しくいこう！いきいきと！」

### 第1回

ゲーム感覚で楽しく脳活！

体操で、いつまでも元気に！

地域の方々と、おしゃべりをしながら

心も体もリフレッシュ！！



講師	金武 節子 先生	桐原 真由美 先生
日時	5月20日(火)	10時00分～11時30分
場所	竹末市民センター	多目的ホール
参加費	50円(保険代)	募集 25名
持ってくるもの	上靴・タオル・飲み物	
申込	来館にて申し込み(保険代徴収)	

キリトリ

若竹いきいき倶楽部 第1回(楽しくいこう！いきいきと！)

名前			男・女(歳)
			生年月日 年 月 日
住所	〒		
電話番号			
特記事項		緊急電話番号	