



# 3 月

## 「寄ってこや」 「はつらつセミナー」

はつらつセンターで健康づくり♪



### 【日程】

- 5 日(木) 手作り遊び
- 10 日(火) お楽しみ
- 12 日(木) お楽しみ
- 19 日(木) はつらつセミナー「デザイン書教室」
- 24 日(火) お楽しみ
- 26 日(木) カレンダー作り
- 開催時間 10:00～11:30

**定員は全て 20 名**

【持 ち 物】 水分・タオル・動きやすい服装

【参加条件】 65 歳以上で原則介護保険を利用していない方

【申込方法】 2 月 17 (火) 13:00 から申込開始 (先着順)

二次元コードを読み取ってください。

※二次元コードの読み取りができない方はご相談ください。



**ご自身の申込状況を確認したい場合は、2 月 18 日 (水) 9:00 より「はつらつセンター」に掲示される参加者名簿をご確認ください。**

### 【申込上の注意】

- 申込み後、やむをえず欠席される場合は、下記の連絡先までご連絡ください。
- 開始 2 時間前時点で大雨警報・暴風警報・津波警報等が発令されている場合は中止します。  
その他、諸事情により中止となる場合があります。
- 体調がすぐれない方や、講師の指示に従うことのできない方は、参加を御遠慮ください。

会場・問い合わせ先: はつらつセンター(月曜休館) TEL053-578-1118 E-mail:kourei@city.kosai.lg.jp