

けんこうたいそうきょうしつ

# 健康体操教室

れいわねん  
令和8年

がつ みっか とおか  
7月 3日、10日、

じゅうななにち にじゅうよっか さんじゅういちにち  
17日、24日、31日



まいかい きんようび ごぜんじゅうじさんじゅうつぱん じゅうにじ  
毎回、金曜日 / 午前10時30分～12時

かいじょう らぽーる よんかい だいけんしゅうしつ  
【会場】ラポールひらかた 4階 大研修室

ないよう すとれっち きんりよくあつ ぶうんどう のうかつせいかうんどう  
【内容】ストレッチや筋力アップ運動、脳活性化運動など、

たいりよく じしん かた かんげい  
体力に自信のない方も歓迎です！

ていいん しな いざいじゅう ざいしよく ざいがく ろくじゅうさいいじょう かた さんじゅうごめい  
【定員】市内在住・在職・在学で60歳以上の方 35名

おうぼたすう ばあい ちゅうせん  
(応募多数の場合は抽選します)

さんかひ さんぜんえん ぜんごかいぶん  
【参加費】3,000円(全5回分)

もうしこ  
【申込み】はがき または ファクスに、

①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤健康体操教室希望

きにゆう かき ゆうそう くだ ひとりごと いっつうだ くだ  
と記入し、下記へ郵送して下さい。お一人毎に1通出して下さい。

しめきり がつ にち すいようび ひつちやく  
【〆切】6月17日(水)必着

フォームは  
6月1日(月)  
正午より受付開始

脳によし！体によし！心によし！の「三方よし」！  
体操をおぼえて、健康な毎日を送りましょう！

ひらかたしりつそうごふくしかいなん ラポールひらかた

【住所】〒573-1191 枚方市 新町2丁目 1-35

【電話】072-845-1602 【FAX】072-843-3320

