

けんこうたいそうきょうしつ
ラポール講座 健康体操教室

さんかしゃぼしゅうちゅう さいいじょうしな いざいじゅう ざいしょく ざいがく
参加者募集中！（60歳以上市内在住・在職・在学）
もうしこみ がつ にち すいようび
申込は、9月16日（水）まで

ひ づけ 日 付	じ かん 時 間	ない よう 内 容
がつふつか きん 10月2日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操
がつこのか きん 10月9日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操
がつ にち きん 10月16日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時～10時30分	かんさい い か だいがく かんご がく ぶがくせい こうざ 関西医科大学 看護学部学生による講座
	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操
がつ にち きん 10月23日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操
がつ にち きん 10月30日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操
がつ むいか きん 11月6日(金)	ごぜん じ ぶん しょうご 午前10時30分～正午	けんこうたいそう 健康体操

かいじょう 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 けんこうたいそう きんりよく うんどう のうかつせい かうんどう おこな
【内容】健康体操→ストレッチや筋力アップ運動、脳活性化運動などを行います。
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！

（10/16 のみ関西医科大学看護学部学生による健康講座有）

ていいん めい おうぼた すう ば あい ちゅうせん
【定員】35名（応募多数の場合は抽選します）

さん か ひ えん ぜん かいぶん きょうしつしよにち
【参加費】3,600円（全6回分）※教室初日にあつめます

しめきり れいわ ねん がつ にち すいようび
【締切】令和8年9月16日（水）

もうしこみ
【申込】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 つう だ
と記入し、下記へ郵送して下さい。お一人毎に1通出してください。



フォームは、
9月1日（火）
正午より
受付開始

ひらかたしりつそうごうふくしかいかん
枚方市立総合福祉会館ラポールひらかた

じゅうしよ ひらかたしんまち
【住所】〒573-1191 枚方市新町2-1-35

でんわ
【電話】072-845-1602 【FAX】072-843-3320

たいおうじかん へいじつ じ じ ぶん
【対応時間】平日9時～17時30分

