

健康太極拳とボディトーク ～からだの内なる声を聞こう～

ゆったりと健康太極拳と
ボディトークで
いつまでも自分らしく！！
イスに座っても出来るよ。



ぼちぼち
出掛けてみない？

【日 時】： 2/7・14・21・28 3/6・13・27（水曜日）
10:00～11:30

【会 場】： 湖西市老人福祉センター 集会室 【対 象】： 65歳以上の市民
【定 員】： 30名（申込多数の場合は抽選） 【参加費】： 無料

※受講の可否は2/1（木）以降に申込者全員に電話連絡します。

【講 師】： 高野 茂子氏 太極拳インストラクター/ボディトークインストラクター

【申込期間】： 1/15（月）～1/31（水）9:00～16:30（土、日曜日はお休みです。）

【申込場所】： 湖西市老人福祉センター窓口 （地図裏面参照）

※ おぼと内社会福祉協議会でも申込受付可能です。

【申込方法】： 下記の申込書を記入のうえ、老人福祉センター窓口へ直接提出して下さい。

申込用紙は、湖西市老人福祉センター、おぼと内社会福祉協議会、はつらつセンター、西部地域センター、南部地区構造改善センター、北部多目的センター、ふれあい交流館、中央図書館、新居図書館に配架しています。

【持ち物】： 飲み物・汗拭き用タオル ※動きやすい服装。

【その他】： 開始2時間前の時点（午前8時）で、湖西市に大雨警報または暴風警報が発令されている場合は、開催中止となります。

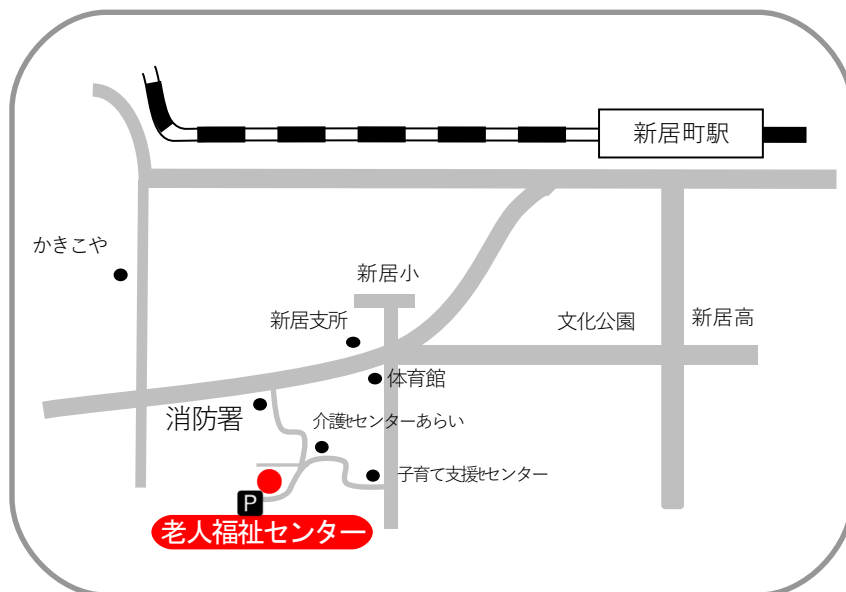
切り取り線

健康太極拳とボディトーク～からだの内なる声を聞こう～		
ふりがな		年 代（○をして下さい）
氏 名		60代・70代・80代・90代以上 (65歳以上)
電 話	日中に連絡のつく電話番号（必須）	【受付印】
住 所	〒 湖西市	

◎ご記入いただきました個人情報は、講座開催の目的以外には使用いたしません。

【会場・申込場所案内図】

◎湖西市老人福祉センター



お問い合わせ : 湖西市老人福祉センター

住所 : 湖西市新居町浜名 6 4 3 - 1

TEL : 0 5 3 - 5 9 4 - 5 5 5 4