

「健康寿命」をのばそう!!

富合公民館主催講座



シニアのための

体力測定と筋力トレーニング

1. 日 時 令和7年5月29日(木)
午前10時～正午
 2. 場 所 富合公民館 軽運動室
 3. 講 師 一般財団法人熊本市文化スポーツ財団 講師
 4. 対 象 どなたでも(定員 15名)
 5. 参加費 無料
 6. 締 切 5月21日(水)まで(応募多数の場合、抽選)
- ※ 動きやすい服装, 室内履きの靴, タオル, 水分補給用飲み物
をご持参ください

～ 申込の方法 ～

- ・往復はがき…往信はがきの裏面には講座名と住所・氏名・年代・電話番号をご記入ください。
返信はがきには申込者の方の宛先を記入し、裏面は何も書かないでお送りください。
- ・窓口…返信用官製はがきをご持参ください。
- ・富合公民館ホームページまたは

二次元コードから ⇒



申込先・お問い合わせ 富合公民館

〒861-4151 熊本市南区富合町清藤 400 TEL357-4580 まで