

植木公民館主催講座

エンジョイ健康づくり

いつまでも健康な生活を送るために、椅子やボールを使った「健康体操」を通して、心と体の免疫力を向上させましょう。

- 日 時 令和7年5月8日(木)、15日(木)、22日(木)
 <全3回>
- 時 間 10時00分～12時00分
- 実施場所 植木文化センター 多目的ホール
- 講 師 NPO 法人 u&u N スポ植木
- 募集対象 50歳以上の方 30人
- 参加費 無 料



申込締切り 4月24日(木)

* 申込み多数の場合は抽選になります。

* 受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

申 込 方 法

① 文化センター窓口

85円(新料金)の郵便ハガキ1人1枚ご持参ください。
(表面に申込者の住所・氏名を記入)

② 往復はがき(締切日必着) 170円(新料金)

返信: 住所・氏名
往信: 講座名・住所・氏名・年代・電話番号

③ インターネット

熊本市HP → 「植木公民館」で検索 → 「主催講座案内」から申込み

植木公民館ホームページはこちらから



申込み及び問合せ先

植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)

〒861-0136 熊本市北区植木町岩野238-1

TEL (096) 272-6906