



コロナに負けない健康づくり教室

60歳を超えても健康な生活を送るために、心と体の免疫力をアップさせるための健康体操を楽しく気軽に学べる講座です。

この講座で学んだことを生かして、健康で明るい地域づくりの活動に貢献してみませんか。

- 日 時 1/7 (木)、1/21 (木) 10時~12時 (全2回)
- 実施場所 植木文化センター 多目的ホール
- 募集対象 60歳以上の方 30人
- 参加費 無 料



申込締切り 令和2年12月17日(木)

* 応募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

63円の郵便はがき一人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) (126円)

返信表面：住所・氏名
往信裏面：・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」から探す

申込み及び問合せ先

〒861-0136

熊本市北区植木町岩野238-1 TEL (096) 272-6906

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)