

プラチナクラス体験講座（高齢者コーナー）

筋肉にっこり😊体操

参加者募集！！



全身の筋力・柔軟性強化を中心とした
ゆったり体操の体験講座です♪
この機会に体を動かしてみませんか？

無料です

開催日	6月17日（木）
開催時間	14：00～15：00
講師	木戸口 静子
会場	3階 大会議室③ ※当日は、2階受付までお越し下さい。
対象	函館市在住の60歳以上の方で、高齢者コーナーにご登録のある方 登録ご希望の方は2階高齢者コーナー受付までお問い合わせ下さい。
持ち物	マスク着用、運動靴、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物
定員	15名（定員になり次第、締め切らせて頂きます。）
お申し込み	6月3日（木）9時より、事前のお申し込み開始 2階高齢者コーナー受付、またはお電話でお願い致します。 直通☎0138-86-6827（9：00～17：00）
新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い	マスク着用、受付時の手指消毒、非接触検温、 ソーシャルディスタンスに、ご協力をお願い致します。 発熱、咳など、体調不良の方はご参加をご遠慮下さい。

※感染症などの流行状況により、開催を中止する場合があります。

函館市亀田交流プラザ 高齢者コーナー