

筋肉にっこり😊体操

参加者募集！！



全身の筋力・柔軟性の強化を目的とした
田中式健康体操の体験講座です♪
初めての方歓迎です！
この機会に体を動かしてみませんか？

開催日	令和4年 5月28日（土）
開催時間	14：00～15：00
講師	木戸口 静子
会場	1階 講堂① ●当日は直接会場までお越し下さい。
費用	無料
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	5月12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） ※お電話は繋がりにくい場合があります。ご了承お願い致します。
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。

※感染症の状況等の都合により開催を延期または中止する場合があります。