亀田交流プラザ　高齢者コーナー

心と体の脳トレ体操

体験講座 参加者募集！

無料です

シナプソロジーを
基にした脳トレ体操！
椅子に座って行う体操が
中心です♪みんなで楽しく
体操をして、心も体も
リフレッシュしてみませんか？

開 催 日	令和6年4/27(土)・5/25(土) ※2回セットでのお申し込みです。
開催時間	10:30～11:30
開催場所	・4/27(土)1階 講堂②　・5/25(土)1階 講堂② ※当日は、直接開催場所にお越しください。
講師	佐東　志津子
対象者	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	運動靴　水分補給用のお飲み物　汗拭きタオル ※動きやすい服装でお越し下さい。
定員	30名
お申し込み期間	4/2(火)～4/8(月)　9:00～17:00まで ※2階高齢者コーナー受付にてお申し込みください。 ※応募多数の場合は抽選をさせていただきます。
当選者発表	4/15(月)2階受付前、またはホームページに、利用カードの番号で掲載いたします。
お願い	体調不良等でお休みの場合は下記の電話番号まで連絡お願いします。
お問い合わせ	2階　高齢者コーナー☎0138-86-6827(9:00～17:00)

※都合によりにより開催を変更、中止する場合があります。ご了承お願いします。

函館市亀田交流プラザ　高齢者コーナー