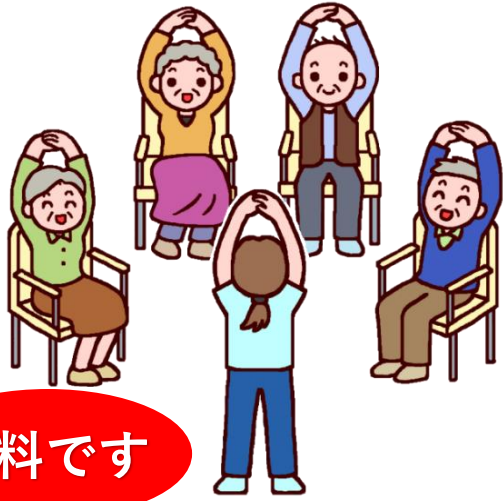


# 心と体の脳トレ体操

## 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7年5月24日(土)
開催時間	10:30~11:30
開催場所	1階 講堂 ※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	60名
お申し込み期間	5/2(金)から、2階高齢者コーナー受付でお申し込みください。 受付の際に、控えをお渡しします。 お申し込み順です。定員になり次第締め切りとなります。
お願い	やむを得なく欠席される場合は、必ず下記の電話番号まで連絡をお願いします。
お問い合わせ	2階 高齢者コーナー ☎ 0138-86-6827(9:00~17:00)

※都合により開催を変更、中止する場合があります。ご了承をお願いします。