

5月 泉苑介護予防講座のご案内

事前申込みの上
抽選となります。
5/4締切

『みんなチャレ』連続講座 インターネットで介護予防

～会えなくても繋がれる!アプリを使ってみんなでチャレンジ～

※スマートフォンでLINEアプリを使用している方を優先させていただきます。

会 場	日 程	時 間	申込コース
武蔵台文化センター2階大広間 (武蔵台2-2) 定員12名	5月10日(土)	午後2:00 ~3:30	カ
	5月24日(土)	午後2:00 ~3:00	

健康ストレッチ

～普段、意識しないと動かせない筋肉を動かしてみませんか～

会 場	日 程	時 間	申込コース
都営武蔵台二丁目AP集会所 (武蔵台2-23-13) 定員12名	5月22日(木)	午後2:00 ~3:00	キ
西原町自治会館 (西原町3-13-36) 定員10名	5月23日(金)	午後2:00 ~3:00	ク
市営第十二北山町住宅集会所 (北山町3-17) 定員10名	5月27日(火)	午後2:00 ~3:00	ケ
武蔵台文化センター2階大広間 (武蔵台2-2) 定員12名	5月31日(土)	午後2:00 ~3:30	コ

裏面もご覧ください。