

【大治町商工会女性部主催】健康づくり講座 《第1回》

転ばぬ先の杖

～いつまでも美しく輝くために～

お友達と一緒に、楽しく運動を始めませんか？
毎日の生活を元気に過ごすために欠かせない健康づくり。
タオルを使った体操やストレッチで身体を、簡単な脳トレゲームで
認知症予防を！
みんなでワイワイ楽しく汗を流しましょう！



◆日時 11月26日（月）
午後1時30分～

◆会場 大治町商工会館（2階）
講習会等研修室

◆参加費 無料

◆対象 どなたでも（女性部員・商工会員以外の方でも参加可能です。）

お楽しみ！
ティータイムもあります！



◆お願い

にぎやかに開催したいと思いますので、皆様お誘いあわせの上ご参加ください。

当日は、運動しやすい服装、室内用運動靴、汗拭き用のタオルをお持ちください。

当講座は参加者主導型を目指しますので、お元気な方は準備・後片付けのお手伝いをお願いします。（みんなで楽しい講座を作り上げていきましょう！）

◆お問合せ・申込先

【大治町商工会】TEL 052-442-4511 / FAX 052-442-4597



商工会女性部は、まちに元気と安心をお届けしています

----- 切り取り線 -----

大治町商工会 行 (FAX 052-442-4597)

【申込期限】11月16日(金)まで

健康づくり講座（11月26日開催）申込書

参加者氏名	連絡先	参加者氏名	連絡先
①		③	
②		④	