



楽しく健康！

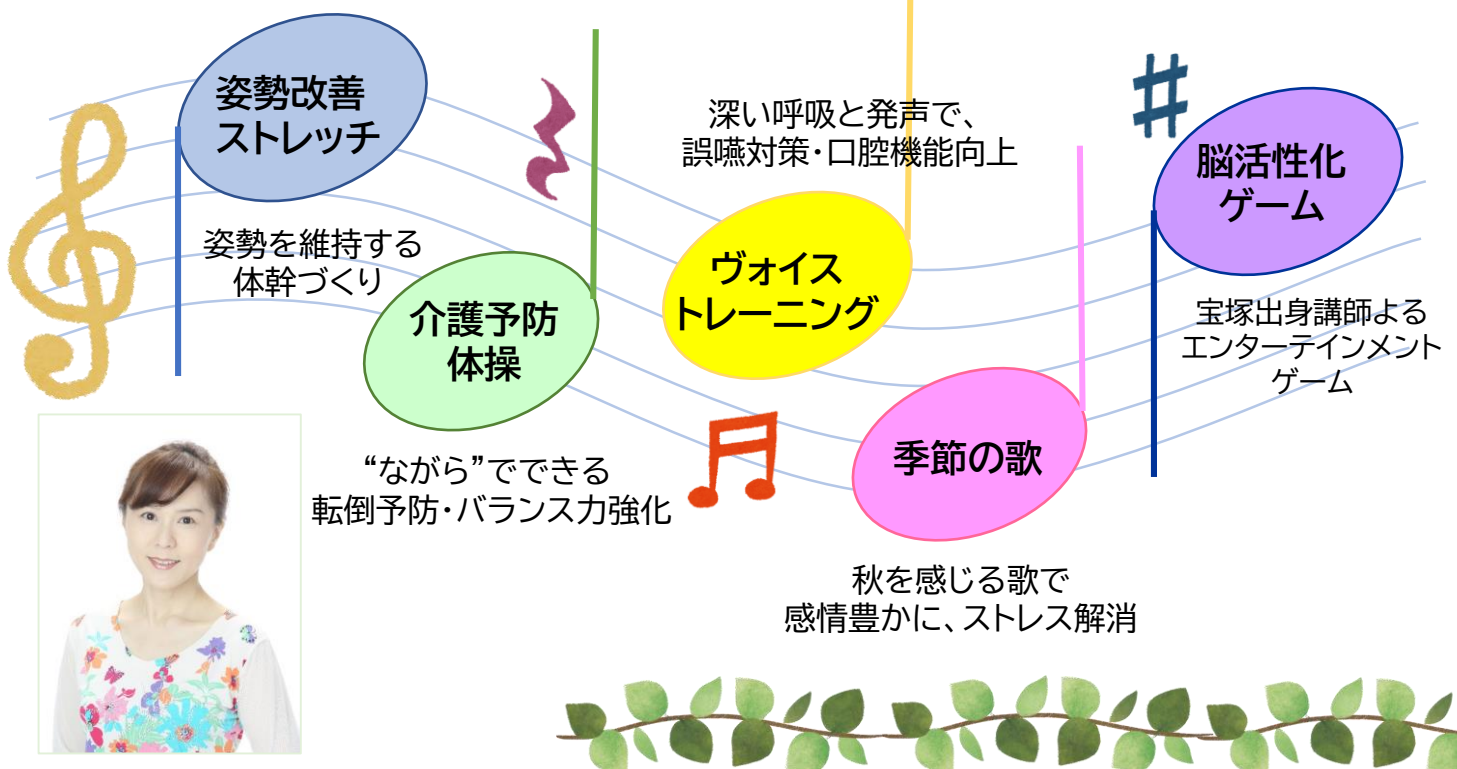
# シニアウェルネス講座

～ 声と身体のエクササイズ ～

9月5日・19日(火)

14:30～16:00 <全2回>

心と体を動かす  
5つのカリキュラム



■講師 叶千穂氏

マスター中高老年期運動指導士  
認知症ケア指導管理士

※ 天候や交通機関の運行状況及びその他不可抗力により、開催が中止となる場合がございます。  
※ 駐車場の数に限りがありますので 公共交通機関でご来場ください。

■会場 : 大和市文化創造拠点シリウス 6階生涯学習センター 601講習室  
小田急江ノ島線・相鉄本線 大和駅徒歩3分

■対象 : 大和市内在住・在勤のかた(年齢は問いません)

■定員 : 25名(先着)

■参加費 : 1,000円(全2回分) ※初回にお支払いください。返金できません。

■申込 : **7/30(日)10時～受付開始**  
お電話または 6階生涯学習センター窓口へ

YAMATOMIRAI  
イベント情報サイト  
OPEN!



お申込・お問合せ 046-261-0491