

城島げんきかん教室事業 参加者募集中!

筋力向上運動教室

13:00~14:30 **金曜日開催**

足腰を鍛える運動を中心にご紹介します

いつまでも元気で
いるために、今から
はじめてみませんか?

対 象：50歳以上

募集定員：10名

参加費：3,000円(トレーニング室使用料含む)

持参品：室内用シューズ・タオル・飲み物

日 程：10/6・13・20・27・11/17・24
12/1・8・15・22(全10回)

募集期間：8月22日(火)から定員になり次第終了

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町楯津739-1 電話 0942-62-2122

主 催 シンコースポーツ九州株式会社



たのしく運動しながら
認知症を予防しましょう!

認知症予防体操教室



受講者大募集!

げんきかん 3階
和室にて開催



募集内容

火曜日 10:00~11:00

開催日：10月 3・17・24日

11月 7・14・21日

12月 5・12・19日



受講料：月3回／1,500円

定員：10名(先着順)

対象：50歳以上

持参物：タオル・飲み物



城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町楢津 739-1 TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148

主催 シンコースポーツ九州株式会社