



健康体操教室

理学療法士さんから教わる、健康になれる体操！



日 時：9月25日、10月9日、23日（金曜・3回）
各回とも 午後7時～8時（1日のみの参加も可）
会 場：味方公民館（味方郵便局の近くです）
講 師：星野 智和さん（おおや整形外科医院 理学療法士）
持 ち 物：うちばき、タオル、飲み物、ヨガマット（お持ちの方）
定 員：中学生以上25名程度（申込多数の場合は抽選）
（夜間の開催となりますので、中学生の送迎は保護者をお願いします。）
参加費：無料
申込期限：9月15日（火）まで

申込はこちら

いずれかの方法で、期限までに申し込んでください。

① スマートフォンでの申し込み

右の二次元コードから申し込みできます。



② お電話での申し込み

味方地区公民館事務室 ☎ 025-373-4788

（氏名・住所・日中連絡のとれる電話番号をお伝えください。）

受付時間 平日の午前8:30～17:15まで

