

# 『リズムと歌で

# 楽しい健康体操』

～音楽とやさしい運動の組み合わせで、体も心も脳も楽しく！～

♪ 日時 令和2年3月10日(火)  
午後1時30分～3時00分

♪ 場所 旭区老人福祉センター  
3階多目的室

♪ 講師 大阪市生涯学習インストラクター  
垂木 美穂

♪ 内容

♪ 参加費 無料  
♪ 持ち物 飲み水・動きやすい服装で

♪ 申し込み 2月10日(月) 午前10時から来館・電話にて



延期します



■主催 旭区老人福祉センター  
■問合せ 06-6955-1377  
日・祝・年末年始を除く AM10:00～PM5:00  
【指定管理者】社会福祉法人 リベルタ

## 申込書

『リズムと歌で楽しい健康体操』に申し込みます。

■氏名

■性別 男・女

■住所

■年齢

■利用証番号

■電話番号

講座参加に際し、配慮が必要なことがございましたら、当センターまでご相談ください。