

令和8年度 後期 音楽健康クラブ

お申込み：9/1（火）～9/11（金）

音楽に合わせて楽しく脳トレや運動を行い、脳の活性化や体力・運動能力の改善を図りましょう！椅子に座ったままできます♪
音楽健康指導士や理学療法士の資格を持った講師がアットホームな雰囲気の中、参加者と楽しみながら指導しています。
ピアノの生演奏やヨガ、手話体操、全身運動と幅広い内容を行うことも特徴です！



日程（計17回）

10月	7日、21日、28日
11月	4日、18日
12月	2日、16日、23日
1月	6日、20日、27日
2月	3日、17日、24日
3月	3日、17日、24日

※いずれも水曜日

♪時間 各60分間

A班
9：30～
10：30

B班
11：00～
12：00

C班
13：30～
14：30

...受付は各班の開始時刻の15分前から

今年度新規開講

- ・ 北部エリア
- ・ 少人数制
- ・ 見学OK♪

♪場所

A班・B班...中央公民館 エローラ
C班...農村トレーニングセンター

♪対象者

町内在住の65歳以上の方

♪定員

A班・B班...各200名、C班...15名

♪参加費 無料

♪持ち物 汗拭きタオル

お問合せ・お申込み先

松伏町いきいき福祉課
地域支援担当

☎048-991-1882

参加希望者が定員を超えた場合は、9月15日(火)に抽選。同日中に申込結果を申込者全員にSMSで連絡します。