

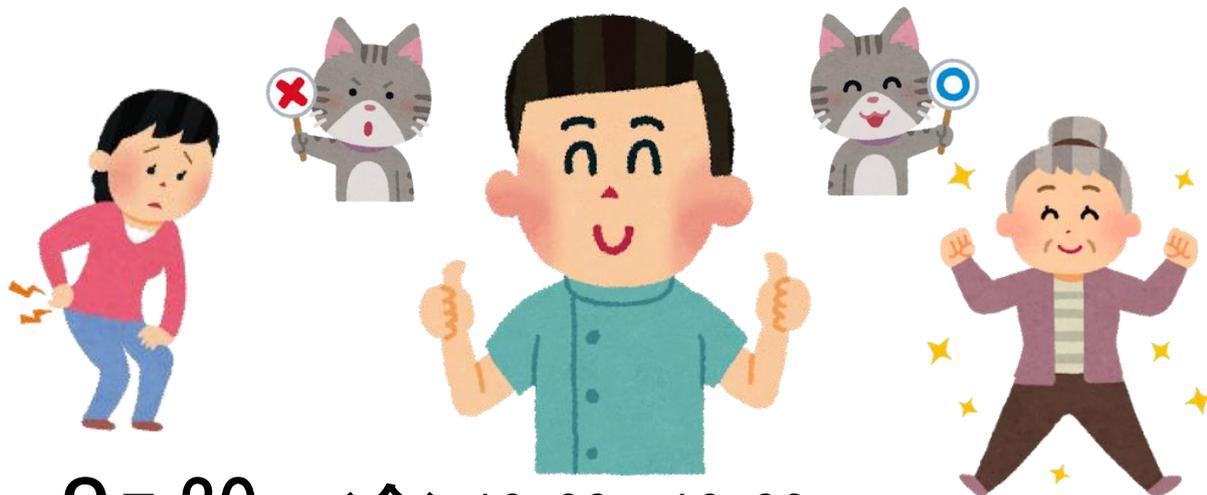
参加費

無料

令和4年度逗子市社会教育出張講座

肩こり、腰の痛みの少ない体づくりや、
維持予防方法(運動など)を体験しながら学ぶ

健康寿命を 延ばそう講座



日時 9月30日(金) 10:00~12:00

場所 沼間コミュニティセンター(逗子市沼間3-16-32)

講師 伊藤 昭則さん(健康管理士一般指導員)

定員 先着 10人

持ち物 フェイスタオル、飲み物、マスク(着用します)

※動きやすい服装でお越しください。スカートでの参加はご遠慮ください。

申込 9月5日(月)以降、①お名前②ご住所③電話番号④年齢を
電話・ファクス・Eメールで逗子市教育委員会社会教育課へ

※ファクス・Eメールは3日以内に返信がない場合は問い合わせてください。

【お申込み・お問合せ】 逗子市教育委員会 社会教育課

電話 046-873-1111(内線 523) ファクス 046-872-3115

Eメール syakaikyoiiku@city.zushi.lg.jp