

# 中高年のための 健康生きがいつくり セミナー



日時：平成30年 **3月10日（土）** 13:30~15:30

会場：合人社ウエンディひと・まちプラザ（まちづくり市民交流プラザ）  
北棟6階マルチメディアスタジオ（中区袋町6-36・袋町小学校すぐ隣）

同年代の仲間と一緒に楽しく！  
“健康寿命を延ばす”ヒントが  
いっぱいの参加型のセミナーです。



**参加無料** お気軽にご参加ください。

■内容 健康生きがいつくりアドバイザーによるミニ講話  
脳トレ・筋トレ・歌とゲームなど

■対象 中高年（興味がある方どなたでも）

■定員 20人（先着順／定員になり次第、締め切り）

■申込 電話・FAX・Eメール・来館のいずれかで

合人社ウエンディひと・まちプラザへお申し込みください。

電話／(082)545-3911 Eメール／m-plaza@cf.city.hiroshima.jp

FAX／(082)545-3838（切り取らず、このまま送ってください。）



（よみがな） 参加者氏名		（ 男 ・ 女 ）
住 所	〒	—
電話番号	—	—

※参加お申し込みの際にお寄せいただいた個人情報は、事業運営の目的以外には使用しません。