

いきいき講座 6月 特別編

うじな 健康アップ教室

専門家が伝える栄養摂取と
運動のおはなしです。
動きやすい服装、飲み物をお
もちください。



日時／

6月18日(水) 10:00～11:30

会場／宇品公民館（南区宇品御幸四丁目1番2号）

講師／スポーツインストラクター 平石 珠奈さん

定員／40名(先着順)

服装／動きやすい服、室内シューズ・靴を入れる袋、飲み物

申込／5月1日(木)9:00～電話または窓口へ

共催／宇品・似島地域包括支援センター、南区地域支えあい課

* 申込みの際にいただいた個人情報については、本講座の運営以外の目的には使用いたしません。
* 高齢者いきいき活動ポイントを押印します。対象の方は手帳をご持参ください。

公益財団法人 広島市文化財団 宇品公民館

〒734-0015 広島市南区宇品御幸四丁目1番2号 TEL・FAX (082) 253-2529

●休館日 毎週火曜日、祝日 ●窓口受付時間 8:30～17:15(木・金は21:00まで)