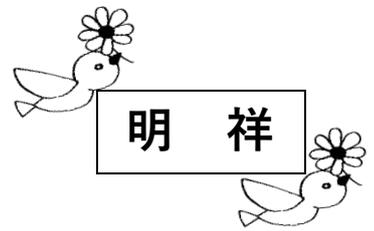


すっきり・しゃっきり健康教室



講座名	内容	持ち物
健康体操	立って行う体操	飲み物、汗拭きタオル、マスク 運動に適した服、運動靴

☆整理体操は椅子を使用します。

対象	市内在住の60歳以上の方 ※1時間程度立ってできる方
会場	明祥福祉センター2階集会室 1・2
1部	受付時間 午前9時10分～ 9時30分 体操時間 午前9時30分～10時30分
2部	受付時間 午前10時15分～10時45分 体操時間 午前10時45分～11時45分
定員	各回22名（定員に達した場合は抽選になります。）

ご注意 ・体操開始10分前に定員を超えた場合は、明祥地区在住の方を優先させていただきます。それでも定員を超える場合は明祥地区在住の方の中から抽選とさせていただきます。

お願い ・裏面の注意事項をよく読んでご参加ください。

◎いずれも火曜日

7月	5日	12日	19日	26日
8月	2日	9日	16日	23日
9月	6日	13日	20日	27日

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止させていただく場合があります。参加者の制限など、ご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ 安城市社会福祉協議会地域福祉課 介護予防係 77-7896