

楽しく学んで、元気な体を目指しませんか？



毎月
第4金曜日
開催！

ぐるりんバス
時間対応

内浦公民館講座 3 B 体操教室

今から始める！健康寿命を延ばす秘訣

3回目

2026. **10.23** 金

8回目以降の予定

時間

14:00～15:00

11/27(金)

場所

内浦公民館 2階 多目的ホール

12/25(金)

住所

高浜町山中104-4-2

1/22(金)

定員

先着10名

2/26(金)

3/26(金)

- ・動きやすい服装でお越しください
- ・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

お
申
込
み

内浦公民館



0770-76-2007

〒919-2351 高浜町山中104-4-2 [開館] 8:30 [閉館] 17:00 [休館] 月曜日・第3日曜日

申込締切

2026年10月21日(水) 17時まで

- ・ご来館によるお申込みも受け付けております。
- ・お申込みは先着順となります。

参加費無料