

# 楽しい健康教室

令和4年・第24回

★心もからだもリフレッシュ！

	日時	場所	内容
1回目	令和4年 7月8日(金) 午前9時30分～11時	中恵土 地区センター ホール(1階)	開校式 実技:椅子ヨガ 講師:粟野瞳先生
2回目	令和4年 7月22日(金) 午前9時30分～11時		実技:健康体操 講師:金子真美先生
3回目	令和4年 7月29日(金) 午前9時30分～11時30分		実技:コグニサイズ 笑って楽しく脳トレ 講師:中津智広先生 閉校式



先着30名 参加費は無料!  
お申込はお電話で!

- 原則3回とも受講できる人。健康・運動に関心のある市内在住・在勤の人
- 運動の体験をしますので、体調を十分に整えて参加してください。
- 持ち物: 運動のできる動きやすい服装・靴、マスク、タオル、飲み物

申込み・問合せ : 可児市健康増進課 成人保健係

0574-62-1111

申込期間 : 令和4年6月16日(木)～6月30日(木)

