



＼初心者でもできる／



ヨガ教室

健康長寿サポーター養成講座
同時開催

※定員に限りがあるため、11月のヨガ教室
に参加される方は参加をご遠慮ください

回覧



参加費
無料

定員
10名
(申込先着順)

開催日時

1回目 12月 8日 (木)

2回目 12月15日 (木)

13:30-15:30(受付13:10～)

13時30分～13時50分 健康長寿サポーター講座
14時00分～15時30分 ヨガ教室

対象

2回通してご参加いただける町民の方

服装等

- ・運動のできる服装
- ・タオル・飲みもの持参
- ・ヨガマット貸し出し有

会場

滑川町コミュニティセンター
大集会室

講師

ヨガ講師 **柳田 友紀** 先生

●申込方法●

11月14日(月) 8時30分 から

保健センター (56-5330) へお電話にてお申込みください。

※定員になり次第受付を終了します。

<新型コロナウイルス感染症について>

- ・受付時やガイド説明等で密集する場合はマスクの着用をお願いします。
- ・イベント中は人との距離を2m以上空け、運動を行っていただきます。
- ・受付時の検温やアルコール消毒、体調の聞き取りにご協力をお願いします。
- ・当日、体調不良の方は参加をお断りする場合があります。
- ・**新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽中止になる場合があります。**



お申し込み
お問い合わせ先

☎0493-56-5330
健康づくり課 (保健センター)

滑川町マスコットキャラクター
ターナちゃん