

令和4年度 前期シニア健康体操

開催日： 4月～9月の金曜日

4/15・22 5/13・20・27

6/3・10・17・24 7/1・8・15

9/2・9・16 全15回

Aコース 9：30～10：30

Bコース 10：50～11：50

※ Aコースは体操前に用具の出し入れを、
Bコースは体操後の会場清掃のご協力をお願いします。

対象： 青葉区在住の60歳以上の方

参加費： 各コース 4,000円（全回分 保険料含む）

定員： 各コース 60名

申込締切： **2/28(月)(必着)**

申込方法：①または②の方法でお申込みください。

①往復はがきで申込み

氏名・ふりがな・性別・年齢・住所・電話番号・
希望コース（第1希望、第2希望）を明記

※返信用はがきの裏は何も書かないでください。

②センター窓口で申込み

自分の住所・宛名を書いた63円の官製はがき
（裏は何も書かない）を持って、受付で申し込み。

お問い合わせ

227-0036 横浜市青葉区奈良町1843-11

横浜市奈良地区センター TEL045-963-5380