

東大和 元気ゆうゆう体操 普及推進員養成講座

9月7日 受付開始

申込は電話・窓口・WEBで！

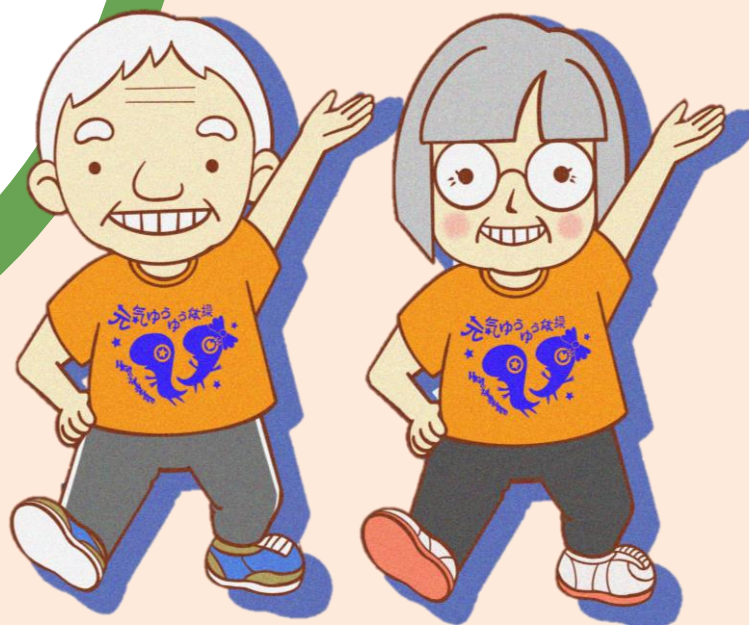


2026 11月6日(金)～

13:30～15:30

※最終日は16:00まで

全8回(無料)



定員

20名 ※申込順

会場

奈良橋市民センター 集会室(3階)

対象

- ✓ 講座修了後、体操普及活動に協力できる方
- ✓ 原則、全ての講義に出席できる方

こんな方におすすめ

- ・最近、運動不足を感じている方
- ・何かやりたいけど一歩踏み出せない方
- ・元気ゆうゆう体操の動きを知りたい方

日 程

第1回	11月 6日(金)
第2回	11月13日(金)
第3回	11月20日(金)
第4回	11月27日(金)
第5回	12月 4日(金)
第6回	12月11日(金)
第7回	12月18日(金)
第8回	1月 8日(金)

申込先 東大和市 健幸福祉部 介護保険課 地域包括ケア推進係

☎ 042-563-2111

内線 1179