

21 元気教室



いつまでも笑顔で！いつまでも元気で！

生きがいあるひとときを共に過ごしましょう。

☆ 内 容： OKAYAMA 市民体操
あっ晴れ！もも太郎体操
脳トレ 他

☆ 場 所： 御南西公民館 第1・2講座室

☆ 対象者： おおむね65歳以上

☆ 参加料： 無料

☆ 服 装： 運動できる靴
動きやすい服装でお越しください。

☆ 持ってくるもの： 水筒、筆記用具

申込み：岡山市立御南西公民館

岡山市北区田中 157-110

電話・FAX 086-244-1855

月	すべて火曜日 13～15時
4月	2・9・16・30日
5月	7・14・21日
6月	4・11・18日
7月	2・9・16・30日
8月	6・13・20日
9月	3・10・17日
10月	1・8・15・29日
11月	5・12・19日
12月	3・10・17日
1月	7・14・21日
2月	4・18日
3月	4・11・18日

令和6年度「21元気教室」申込書

No. _____

住 所 岡山市 区 _____ TEL _____

ふりがな

氏 名 _____ (性別 _____)

ご記入いただいた個人情報は、この講座以外に使用しません。