

世田谷区在住の
シニアの方へ

「いっぽ、外へ」 シニアアクティブトレーニング教室



に参加しませんか？

対象者
60歳以上の
世田谷区民

定員
先着12名

参加費
1000円



「いっぽ、外へ」シニアアクティブトレーニング教室とは・・・

世田谷区在住のシニアの方を対象に、個々にあわせた運動の提供や定着支援、参加者間での交流を図り、心身の健康の向上を目指すプログラムです。

事前申込制

❖会場：上馬高齢者集会所(上馬4-36-9)

❖日時：4月23日、30日、5月7日、14日、21日 各水曜日
午前9時45分～11時15分
※4月23日のみ11時30分まで

❖申込方法：3月17日(月)午前9時～28日(金)までに市民活動推進課へ電話(6304-3176)またはFAX(6304-3597)。※電話は平日午前9時から午後5時まで
※FAXでお申込みいただく場合、①行事名(「いっぽ、外へ」シニアアクティブトレーニング教室)②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤年齢を明記

問合せ先

世田谷区役所市民活動推進課
TEL6304-3176
FAX6304-3597

いっぽ外へ
お出かけしよう♪

