

# 音楽体操教室

聞いて・歌って・体を動かしましょう！！  
「運動機能の向上」・「口腔機能の向上」  
「認知症の予防」に役立つ音楽体操です。  
楽しみながら健康づくりをしましょう！

講師：沼倉 千秋 先生（株式会社湘南第一興商）

募集人数：20名（市内在住）

日程：12月10日・17日・24日

1月7日・21日・28日（全6回）

火曜日 13時30分

～15時00分



※切：11月20日

往復はがきでお申込みください。

お申込の際にお伺いいたしました個人情報（連絡先など）は本講座の連絡以外の目的に使用することはありません。

往信面

ココ↓には何も書きません

返信面

62	2370076	
往信	船越老人福祉センター	横須賀市船越8の2の5

62	□□□□□□	講座名
返信	あなたのお名前	「音楽体操教室」
	あなたの住所	郵便番号
		住所
		フリガナ
		氏名
		電話番号
		年齢
		性別