

美と健康アップにチャレンジ 受講生募集！

誰にでもできる簡単な運動です。健康で、美しい
身体をめざしましょう！

なお、募集後は自主サークルとして活動予定です。

- 実施日 12月5日(木) 12月19日(木)
1月9日(木) 1月23日(木)
※以降は、月2回実施予定です。
- 会 場 静和地区公民館 (大会議室)
- 講 師 健康運動指導士 間中浩子先生
- 活動費 サークル内にて相談予定です。
- 申し込み先 岩舟公民館まで TEL55-2500



無理なく、気持ち
よく楽しくトライ
しましょう！

問い合わせ先 栃木市教育委員会
公民館課 (岩舟公民館)

担 当 尾林、関原

電 話 : 55-2500

F A X : 55-5065

✕ -liwafune-k@city.tochigi.lg.jp