

高齢者スポーツ教室

普段運動をしない方も気軽に参加できる高齢者のスポーツ教室です。ストレッチや体操で体を動かして元気に100歳を目指しましょう。

日時 10月10日(水)～平成31年2月27日(水)の第2・4

水曜日

13時30分～15時

場所 乙川交流センター

ニコパル

対象 60歳以上の男女

定員 各回20名(先着順)

講師 高橋 幸恵氏(半田市健康づくりリーダー)

健康づくりリーダー

参加費 1回300円

(保険代込)

申込み・問合わせ 9月28日

(金)までに、氏名・ふりがな・

性別・年齢・住所・電話番号を記入のうえ、FAX、

Eメールで乙川スポーツク

ラブへ

☎2005 ☎2005

Eメール okawa-s@

japan-net.ne.jp

70代からはじめる 100歳めざす講座 〔運動編〕

痛みがあり外出が減っている方や、同世代の交流の場に参加したことがない方は必見です。理学療法士(リハビリテーションの専門家)が、肩や腰、膝などの痛みとうまくつきあうために、自分に合った動きを優しく教えます。

日時 10月16日(火)～11月13日

(火)の毎週火曜日(全5回)

13時30分～15時30分

場所 半田市体育館

体育室

対象 おおむね70歳代の方

(初めての方を優先)

定員 20名(抽選)

※抽選結果は後日連絡します。

内容 運動、歯、食事など

様々な面からの健康づくり

講師 各内容の専門職

受講料 無料

申込み・問合わせ 9月20日

(木)までに、9時から電話で

保健センターへ

☎0646

※はんだ健康マイレージの対

象講座です。

み ん な の ひ ろ ば

ふるさと散歩「乙川編」参加者募集

江戸時代頃から昭和40年代まで続いていた「乙川十二社めぐり」のルーツをたどります。

日時 10月13日(土) 9時～11時30分

集合場所 乙川公民館
8時45分集合

定員 40名(先着順)

参加費 100円(保険代込)

申込み・問合わせ 10月10日(水)までに、
電話、FAX、Eメールで半田市観光協会へ
☎32-3264 ☎22-4321
Eメール info@handa-kankou.com

健康体操 初心者コース体験会

首肩こり、腰痛の方や毎日楽しく元気に過ごしたい方にお勧めです。ぜひ体験してみてください。

日時 10月4日・11日・18日・25日の全て木曜日(全4回) 9時30分～11時30分

場所 大矢知コミュニティセンター

対象 どなたでも

参加費 2,000円

問合わせ NPO法人生命の貯蓄体操普及会(山本) ☎28-4401

日本舞踊を踊りましょう

文化庁伝統文化親子教室事業です。ぜひご参加ください。

日時 10月6日・13日、11月3日(祝)・17日・24日、12月8日・22日の全て土曜日(全7回)※最終日はミニ発表会をします。
13時～16時

場所 雁宿ホール 和室(2階)

対象 小学生

定員 20名(先着順)

受講料 無料(別途扇子代2,500円)

申込み・問合わせ 西川流役員会半田支部(西川) ☎090-4216-7438

イベント・講座情報募集中!!

受付期間 11月 1日号…… 9月20日(木)まで
11月15日号…… 9月21日(金)～10月5日(金)
12月 1日号…… 10月9日(火)～10月23日(火)

受付件数 各号8件(先着順)

申込方法 掲載申請書を企画課へ(FAX・Eメール可)
※掲載には条件があります。詳しくは、市ホームページ(みんなのひろばで検索)をご覧ください。

