

第2回はつらつ健康セミナー

■ 日 程：1月18日・25日(水曜日・全2回)

■ 時 間：午前10時～午前11時

■ 場 所：総合福祉センター 大ホール

■ 対 象：市内在住の60歳以上の者または障がい者

■ 定 員：20人 ※定員を超えた場合は抽選

■ 内 容：①シニア向け骨の健康栄養セミナー

②高齢者のための脳トレとコグニサイズ

■ 講 師：①雪印メグミルク株式会社

②市健康増進課保健師・健康マイスター

■ 費 用：無料

■ 持ち物：筆記用具、水分補給用飲み物、タオル、

運動しやすい服装 *運動中もマスク着用

■ 申込み：12/23(金)<必着>までに往復はがきに

①講座名、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、

⑥障がいの有無を記入してお申込みください。

春日井市総合福祉センター

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

電話：0568-84-3611 Fax：0568-84-3933

