

荒巻地区出前講座 荒巻地区町内会連合会連携事業



健康寿命を延ばすために！

～今必要な脳トレと筋トレを楽しく学びましょう～

参加費無料

講師 元気配達人 タクト 青沼かずよし氏

日程

2025.

12.17

水

時間

10：00～11：30

場所

荒巻コミュニティセンター 大広間

住所

仙台市青葉区あけぼの町12-20

定員

主に地域の方 30人 ※駐車場はありません 徒歩でお越しください

- ・動きやすい服装でお越しください
- ・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物と運動靴をご持参ください

お
申
込
み

仙台市水の森市民センター



022-277-2711

〒981-0962 仙台市青葉区水の森4-1-1

申込み 11月19日(水) 10時から

- ・ご来館によるお申込みも受け付けております。
- ・お申込みは先着順となります。