

公益財団法人仙台ひと・まち交流財団 寺岡市民センター主催事業

受講生募集!

寺岡・紫山元気アップ講座 ～地域の達人から学ぼう～

＊地域の達人から様々な分野の事柄を学び、
豊かで充実した生活を送りましょう!

【日 時】第1回 1月13日(金) 10時から11時30分

講話「3B体操でリフレッシュ!」



講師：公益社団法人日本3B体操協会 公認指導者 萬谷 瑞恵氏

会場：寺岡市民センター 和室

持ち物：タオル・飲み物・動きやすい服装で

【日 時】第2回 1月27日(金) 13時から15時

実技「楽しく絵手紙を!」



講師：絵手紙の会 講師 岩田 鈴子氏

会場：寺岡市民センター 第1研修室

持ち物：心の準備だけ(絵手紙の道具持参も可能です)

【対 象】成人 10名

【費 用】無料

【申込み】12月9日(金) 10時から電話又は窓口にて。【先着】

※講座の様子を撮影した写真を、ホームページ等で使用させていただく場合がありますので、ご了承ください。

※いただいた個人情報、講座以外の目的には使用いたしません。

※1回ごとの参加も可能です。

- 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用、咳エチケット、手洗いや手指の消毒にご協力ください。
- 当日朝検温していただき、発熱など風邪のような症状がある場合は、参加をお控えください。

お問い合わせ 仙台市寺岡市民センター TEL: 378-4490