

坂井市春江町上小森 6-12 TEL/FAX 0776-72-0002  
大石まち協ホムページ <http://www4.fctv.ne.jp/~ohishimk/>  
大石コミセンアドレス ohishi-cc@city.fukui-sakai.lg.jp

## 「フレイル予防教室」シリーズ No2

日頃、何かと忙しい日々かと思いますが！  
健康な体を維持するために、みんなで「バイオリンの音色」を聞いて

“楽しいひとときを”

### <年間計画(予定)>

- ・① 6月6日(木) フレイル予防(実技・お話) & サロン
- ・② 7月3日(水) お話「ACP」・バイオリン演奏 & サロン
- ・③ 8月7日(水) 卓球バレー教室・音楽鑑賞 & サロン
- ・④ 11月6日(水) フレイルチェック講座

# 「お話」・「バイオリン演奏」& サロン

● 日時 **7月3日(水)** 10:00~11:30

● 場所 大石コミセン 大ホール

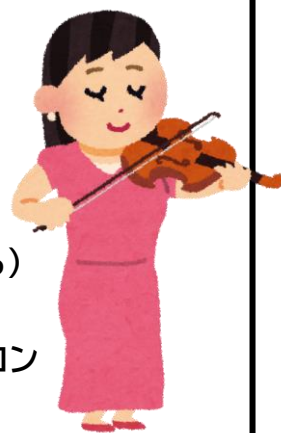
● 対象 地域の中高年の方(定員 25名)

● 内容 一部 お話「人生会議(ACPとは)」(地域包括支援センターから)  
二部  
魂のバイオリンニスト“大久保ナオミ”さん(愛知県在住)& サロン

● 参加費 無料

● 申込期間 **6月18日(火)~27日(木)** 8:30~17:00(土日除く)

下記申込書を大石コミセンまで提出してください。(FAXでも可 ☎72-0002)  
※先着にて受付し定員に達し次第終了します。



主催:大石地区まち協 健康・福祉部会 共催:春江北部ふくしの会

「お話」・「バイオリン演奏」  
& サロン申込書

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎(携帯) \_\_\_\_\_



# 大石地区 グラウンドゴルフ大会

大石地区体育振興会では、大石地区グラウンドゴルフ大会を開催します。どなたでも参加できます。初めての方も大歓迎♪  
お気軽にご参加ください☆

入賞者には  
豪華賞品!

● 日時 6月27日(木) 9:00から

※受付は8:50まで 雨天中止

● 場所 春江北グラウンド

● 持ち物 飲み物、グラウンドゴルフ用具

● 参加費 300円(申込時にお持ちください)

● しめ切り 6月21日(金)

● お申し込み 下記の申込書を大石コミセンまで提出してください。

主催:大石地区体育振興会

お問い合わせ:大石コミセン内 TEL72-0002

大石体協グラウンドゴルフ会 随時会員募集中!

4月~11月 毎月2・4(木)開催



きりとり



グラウンドゴルフ  
申込書

氏名 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎(携帯) \_\_\_\_\_

道具の有無 あり ・ なし

きりとり



グラウンドゴルフ  
申込書

氏名 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎(携帯) \_\_\_\_\_

道具の有無 あり ・ なし