

## 元気づくり推進事業

今年も取組みます！

(シリーズ No.1)

### 〈年間計画〉 連続申込み "可"

- ① 6月10日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン
- ② 7月15日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン
- ③ 8月12日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン
- ④ 9月 9日(水) フレイルチェック講座

# 「フレイル予防体操」教室 & サロン

※ お楽しみサロン は「懐メロ "歌声喫茶" (ピアノ演奏)」

●日時 6月10日(水) 10:00~11:30

●場所 大石コミセン 大ホール

●対象 地域の中老年 (定員 25 名)

●講師 健康運動指導士 漆崎 由美 先生

(生涯体育学習振興機構 理事長)

●参加料 無料

●申込み 5月18日(水) から先着順にて受付し、

定員に達し次第終了します。

※ 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)



主催：まち協 健康・福祉部会

共催：春江北部ふくしの会

No.1

氏名

年齢/

【連続申込み】

フレイル予防  
体操教室&サロン  
申込書

住所

希望する ・ 希望しない

☎(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。誰でも参加できます。初めての方も大歓迎♪  
お気軽に参加してください☆

- 日時 令和8年5月28日(木)9:00～  
※雨天中止 (受付は8:50までに)
- 場所 春江北グラウンド
- 持ち物 飲み物、タオル、グラウンドゴルフ用具(貸出可)
- 参加費 500円(申込時にお持ちください)
- 締切り 5月21日(木)

お申し込み方法:下記の申込書をご記入の上、  
大石コミセンまで提出してください。

お問い合わせは「大石コミセン」まで  
(72-0002)



主催：大石地区体育振興会

グラウンド  
ゴルフ大会  
申込書

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎(携帯) \_\_\_\_\_