

大人カフェ

～いきいき元気に！健康ライフ！～

日時 **4月24日～7月17日**の隔週**木曜日** 全7回
いずれも 午前9時30分～11時30分
会場 長後市民センター
対象 おおむね65歳以上 40人(長後地区内優先)
内容 **シニア世代の学びと健康づくり**
栄養講座・体操・藤沢宿散策・防犯・落語 他

申込み **3月10日(月)から3月25日(火)まで**
電子申請での申込み。申込み多数の場合は
抽選となります。抽選結果は3月27日(木)
以降にメールでお知らせします。

※電子申請の難しい方は、電話でお問合せください。

【右の2次元コードをご利用ください】

☆裏面にプログラムあります☆

【お問合せ】

長後市民センター

☎ **0466-46-7373**

平日午前8時30分～午後5時
(ただし、正午～午後1時を除く)

