

三馬公民館  
館長 岩田 時夫

## 三馬健康サークル開催のお知らせ

コロナ禍のため2年間お休みしていた「健康サークル」を時間帯を変更し  
下記の内容で再開することにしました。

少しずつでも運動の習慣を身につけて、体力の向上と免疫力アップを  
目指しましょう！皆様のご参加をお待ちしています。

### 記

会 場 三馬公民館 2F ホール  
時 間 毎回 13:45～15:00  
持 ち 物 ・うちばきズック ・タオル ・飲物  
☆運動しやすい服装でご参加ください。  
年 会 費 500円 (1回目 6/7に持参してください)  
定 員 25名 (定員に達し次第締め切ります)  
申込方法 電話又はファックスでお願いいたします。  
締 切 日 5月25日(水) 17:00まで  
三馬公民館 TEL 076-243-2734 FAX 076-243-2808

ファックスには、氏名・住所・電話番号・町会名  
を明記してお送りください。

開催日	内容	講師ほか
6月7日(火)	体操とボッチャ体験	公民館
7月5日(火)	保健師の健康講話	泉野福祉健康センター保健師
8月2日(火)	体操とボッチャ体験	公民館
9月6日(火)	音楽療法	健康を守る市民の会
10月4日(火)	スカットボール	公民館
11月1日(火)	保健師の健康講話	泉野福祉健康センター保健師
12月6日(火)	レクリエーション	石川県レクリエーション協会講師
2月7日(火)	体操とボッチャ体験	公民館
3月7日(火)	レクリエーション	石川県レクリエーション協会講師

★コロナの状況により、中止する場合があります。

★マスクの着用もお願いいたします。

お問い合わせ

三馬公民館

TEL 243-2734