

# 健康サポート教室 ～いやしの フラダンス～

65 歳以上の  
市民の方対象！  
参加無料！！



- ◆日にち 7月 10 日(水)、24 日(水)…6月 15 日受付開始  
8月 21 日(水)、28 日(水)…7月 15 日受付開始  
9月 11 日(水)、25 日(水)…8月 15 日受付開始
- ◆時間 午前 10 時～11 時
- ◆内容 下半身に効く、  
高齢者向けのフラダンス
- ◆会場 温水プール石川（小金崎）
- ◆定員 各回 15 人
- ◆持ち物 タオル、飲み物
- ◆動きやすい服装でお越しください。

【お申込み・お問い合わせ先】  
高齢者健康トレーニング教室  
温水プール石川教室  
☎49-7081（午前 9 時～午後 5 時）



- ◆講師  
フラスタジオ モアニ  
主宰 田中希生子 氏

主催：弘前市（介護福祉課）  
【一般介護予防事業】