

頭と体を使  
って  
運動



短期  
講座

てつまるの楽しみながら  
強くなる！

## 脳トレ体操

日 程： 7月12日・7月26日・8月9日・8月23日（土）  
12：00～14：00

場 所： 美浜いきいきプラザ2階 集会室

対 象： 千葉市在住 60歳以上

定 員： 20名 応募者多数の場合は抽選

申 込： 美浜いきいきプラザ1階 事務受付または  
電話・FAX

持ち物： 身分証、飲み物、汗拭きタオル

受 付： 6月12日(木)～6月30日(月)  
7月2日(水)結果を掲示します

【お申込・お問い合わせ】

千葉市美浜いきいきプラザ

電話 043-270-1800 FAX 043-270-1811