

# ミニボディケアスクール(7~9月) 参加者募集

ミニボディケアスクールは、いきいきプラザで実施しているボディケアスクール担当の理学療法士が監修のビデオを使った1時間の自身体操です。

皆様のご応募をお待ちしております。



※1 ボディケアスクール7月コース当選者は申込できません

※2 ミニボディケアスクールといきいき体操の両方の申し込みはできません。

- |        |  |
|--------|--|
| ◆実施期間  | 令和8年7月～令和8年9月末（3か月）  |
| ◆実施日時  | グループ① 毎週木曜日 14:30～15:30<br>グループ② // 15:45～16:45<br>グループ③ 毎週土曜日 14:30～15:30<br>グループ④ // 15:45～16:45 |
|        | ※7/11(土)および8/29(土)は当プラザのイベントの為お休みです  |
| ◆会場    | 美浜いきいきプラザ2階・集会室  |
| ◆募集人数  | 各グループそれぞれ25人（計100人）<br>*応募多数の場合、抽選   |
| ◆申込期間  | 6/1(月)～6/10(水)   |
| ◆抽選・発表 | 6/12(金) 午後<br>※「申込番号」を館内掲示します。<br>X(エックス)でも配信します。  |
| ◆申込場所  | 美浜いきいきプラザ1階 事務受付(電話・FAXも可)   |
| ◆対象者   | 千葉市に住所を有するの60歳以上の方   |

【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