

スマイル健康イベント 『ヘルシーライフ100(最終回)』

主催 NPO 法人 **スマイルクラブ**

●スマイルクラブでは松戸市のシニアの方を対象に下記日程にてイベントを開催します！イベントは運動（90分）＋毎月テーマを変えたお楽しみ講座（60分）で構成されており、片方のみの参加でもOK！ご夫婦やご友人を誘ってぜひご参加下さい。お友達も増えますよ！

●開催日：2015年12月19日（土）10：00～12：30

●会場：コマビル3階コミュニティスペース蔵楽

●内容：①10:00～11：20（運動） ②11：30～12：30（講座）

※①のみ、②のみ、①②両方をお選び頂けます。（参加費は同じです）

●今月のテーマ：運動：認知症予防の運動を体験しよう

講座：マイナンバーって何？マイナンバーの基礎知識

講座講師：高澤 健太氏（ファイナンシャルプランナー）

●対象：概ね50歳以上の方

●参加費：500円／人（お茶代・保険料含む）

●持ち物：運動できる服装・体育館履き・タオル・飲み物



本事業はスポーツ振興くじの助成を受けておこなわれます

お申し込み方法

※お電話・メールでのお申込みか下記申込み事項をご記入の上 FAXして下さい。

TEL: 04-7169-4183 FAX: 04-7169-3303

※スマイルクラブでは健康教室『脳とカラダを鍛える教室』もおこなっています。

詳しくはウェブ(<http://smile-club-npo.jp/>)をご覧ください。

キ...サ...ト...リ...セ...シ
～ヘルシーライフ100 受講申込書～ 2015年12月 野田

氏名	年齢	住所	電話番号
参加形態 (○を付けて下さい)	①運動のみ参加 ②講座のみ参加 ③両方参加		

※この申込で得た情報はセミナー以外で使用する事はございません。また、情報は慎重に管理いたします。

