

# 『やさしいヨガ教室』開催のお知らせ

- 1 開催期間 令和5年1月から3月までの第1及び第3金曜日  
※1月6・20日、2月3・17日、3月3・17日
- 2 時 間 13時30分から15時00分
- 3 開催場所 久留米市総合福祉会館（久留米市長門石1丁目1-32）
- 4 内 容 ゆっくりと体を動かし、健康できれいな心と体を育成します
- 5 講師名 三苦真奈美先生
- 6 受付人員 15名（抽選）
- 7 料 金 無 料
- 8 対 象 者 久留米市内にお住まいの方で60才以上の人、体に障がいのある人  
ひとり親家庭の人
- 9 申込方法 電話又はFAXもしくは会館にて直接申込をお願いします  
☎0942-38-9288、FAX0942-38-9289
- 10 申込期間 令和4年12月1日（木）9時から12月20日（火）16時まで
- 11 その他 抽 選 日 12月21日（水）  
当否の連絡 12月21日（水）以降、会館から申込者様に電話で連絡