

R8年度総合福祉会館主催事業

ポ デ ィ  
**Bodyバランス&エアロ**

期 間：令和8年7月7日～28日 毎週火曜日 全4回

7日

14日

21日

28日

時 間：10:00～11:30

場 所：久留米市総合福祉会館  
久留米市長門石1-1-32

講 師：藤田 久美子先生

内 容：体幹トレーニング 優しいエアロビクス ストレッチ

募集人数：20名 ※先着順受付

料 金：無 料

対 象 者：久留米市在住の60歳以上 体に障がいのある方  
母子父子家庭の方

申込方法：原則電話でお申し込みください

TEL38-9288 FAX38-9289

※会館窓口では受け付けできませんのでご了承ください

申込期間：令和8年6月8日（月）～ 9時～16時  
休館日の土曜日を除く

