

令和8年度総合福祉会館主催事業

11月開催

Body バランス&エアロ

健康・ダイエット・ストレス解消

体を動かして体イキイキ・心キラキラ

期 間： 令和8年11月3日～24日 毎週火曜日 全4回

3日

10日

17日

24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： ふじた くみこ
藤田 久美子先生

募集人数： 25名 ※ 抽選

料 金： 無料(ヨガマットをお持ちの方はぜひご持参下さい)

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

申込方法： 電話・FAX・会館窓口でお申し込み下さい

TEL 38-9288 FAX 38-9289

申込期間： 令和8年10月8日（木）～15日（木） 9時～16時
休館日の為（10日・11日・12日）を除く

抽 選 日： 10月16日（金） ※10月19日（月）16時までに連絡いたします

