

社会教育講座

大部由美さんと一緒に！
ウォーキングサッカー教室

走らない
サッカーです！

日 時：1月20日（木）
10時～11時30分

場 所：誠道公民館 集会室

講 師：大部 由美 さん

（なでしこジャパン元コーチ）

持ち物：上靴、マスク、水分

定 員：15名

※運動のできる服装で

高齢者の方、体力に
自信のない方でも
できます！



申込みは誠道公民館まで

☎ 45-5392