



男性講座

幸ワケサチ

つながる。かなえる。安城
健康(ケンサチ)のまち、安城

メンズヨガ

日時

10/18、11/1、11/15、11/29、
12/6、12/20 いずれも火曜日
全6回 13:30~15:00

場所 総合福祉センター2階教養娯楽室

講師 前田 弘美 氏 (ヨガインストラクター)

対象 市内在住の60歳以上で全6回参加できる男性

定員 15名 (先着順)

持ち物 マスク、水分補給用の飲み物、運動しやすい服装、
ヨガマット、タオル

受講料 無料

申込み 9月6日(火)~9月30日(金)

定員になり次第終了

火曜日~土曜日(祝日除く)

午前9時~午後5時 窓口・電話可

初心者向け
の内容です!

お願い 来館前に自宅での検温をお願いします。
発熱、体調不良等の症状がある方は、参加をご遠慮ください。
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座を中止する
場合があります。

問合せ 安城市社会福祉協議会地域福祉課介護予防係

電話 0566(77)7896

